



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG25101	<b>ImageGroup:</b>	I1KG25103
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	དབུ་མ་འཇུག་པའི་རང་འགྲེལ། dbu ma 'jug pa'i rang 'grel/
<b>Author:</b>	to-be-supplied to-be-supplied
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a
<b>Place:</b>	n/a
<b>Publisher:</b>	n/a
<b>Date:</b>	n/a
<b>Volume:</b>	1
<b>Total Volumes:</b>	1
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Avenue, Cambridge, MA 02138, USA.



༡༡། །དབྱ་མ་འཁྱག་པའི་རང་འགྲེལ།



མཛད་པ་པོ། ལྷོ་བ་དཔོན་རྒྱ་བ་གྲགས་པ།

མེད་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྣིང་འཛོལ་བསྡུ་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཁང་ནས་བསྒྲིགས།





## དཀར་ཆག

དབུ་མ་འཇུག་པའི་རང་འབྲེལ་བརྒྱགས་སོ།	1
དབུ་མ་ལ་འཇུག་པ་བཤད་པ།	1
སེམས་བརྩེད་དང་པོ། རབ་རྩ་དགའ་བ།	1
སེམས་བརྩེད་གཉིས་པ། ཇི་མ་མེད་པ།	39
སེམས་བརྩེད་གསུམ་པ། འོད་བྱེད་པ།	56
སེམས་བརྩེད་བཞི་པ། འོད་འཕྲོ་བ།	76
སེམས་བརྩེད་ལྔ་པ། སྤང་དཀར་བ།	82
སེམས་བརྩེད་དྲུག་པ། མངོན་རྩ་ཕྱོགས་པ།	87
སེམས་བརྩེད་བདུན་པ། རང་རྩ་སོང་བ།	386
སེམས་བརྩེད་བརྒྱད་པ། མི་གཡོ་བ།	388
སེམས་བརྩེད་དགུ་པ། ལེགས་པའི་སློ་གྲོས།	394
སེམས་བརྩེད་བརྒྱ་པ། ཆོས་ཀྱི་སློན།	395
༡ ས་དེ་དག་ཡོན་ཏན་བཤད་པ།	397
༢ འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བཤད་པ།	403
༣ བརྒྱམས་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱ་བ་བཤད་པ།	463



༩༩། དཔལ་ལྷན་འཁྲུག་པའི་མང་འཁོལ་བཞུགས་སོ། །

དཀྱིལ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ།

༡༡༡། ཁཤད་བྱའི་ཚས་དབུ་མ་ལ་འབྱུག་པ་དེ་ཉིད་འཆད་པ་ལ། བསྟན་བཅས་  
 གྱི་འབྲེལ་འགོད་པ་དང་། བསྟན་བཅས་དངོས་དང་། བསྟན་བཅས་གྱི་མཛད་བྱང་  
 དང་འགྱུར་བྱང་སྟོས་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། མཚན་གྱི་དོན་དང་། འདོད་པའི་སྣ་ལ་  
 རྒྱག་བྱ་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ཕྱི་གར་ཤོད་དྲུ། ལྷོ་ཕ་གྲོ་ཕ་འཕྲུ་ལྷོ་ཕ་ལ། ཤོད་ཤོད་དྲུ། རྒྱུ་ཕ་ལ་  
བྱུག་པ་མི་བཞད་པ་ཞེས་བྱ་བ།

གཉིས་པ་འདོད་པའི་ལྷ་ལ་ཐུག་བྱ་བ་ནི།

འཕགས་པ་འདམ་དཔལ་གཞོན་རྒྱུ་རྒྱུ་པ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

གཉིས་པ་བསྟན་བཅོས་དངོས་བཤད་པ་ལ། བསྟན་བཅོས་ཚྭ་པ་ལ་འཇུག་པའི་  
ཡན་ལག་། བཅུ་བྱ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྒྱས་པར་བཤད། བཅུ་མ་པ་ཡོངས་  
ལྷ་རྒྱལ་པའི་བྱ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལ། དག་ལེགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་སྤྱིང་  
རྩི་ཆེན་པོ་ལ་བསྟོད་པར་འོས་པ། དམིགས་པའི་སྒོ་ནས་རང་བཞིན་བརྗོད་དེ་དེ་ལ་  
བསྟོད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་སྤྱིང་རྩི་ཆེ་མོགས་ཆོས་  
གསུམ་ལས་འབྱུངས་པར་བསྟན། ཆོས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྤྱིང་རྩི་ཆེན་པོ་གཙོ་  
བོར་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།      དབུ་མ་ལ་

འཇུག་པ་ཚློམ་པར་འདོད་པས། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་པས་ཀྱང་ཐོག་མར། བཅོམ་  
 ལུན་འདས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུ་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་  
 དང་པོ། སེམས་ཅན་འཁོར་བའི་བཅོམ་རར་བསྐྱམས་པ་སྦྱབས་མེད་  
 པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་སྦྱོབ་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
 ལ་བསྟོད་པར་འོས་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

ཉན་ཐོས་སངས་རྒྱུ་འབྲིང་རྣམས་བྱུང་དབང་སྟེས། །

སངས་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །

སྟོང་རྗེའི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་ལྟོ་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་རྒྱལ་ལས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་སྟོས་སོ། །དེ་ལ་  
 གོང་ན་མེད་པའི་ཚོས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་མངའ་བས།  
 ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱུ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་  
 པས་ཀྱང་དབང་ཕྱག་དམ་པ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཉིད་དང་། ཉན་  
 ཐོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དེའི་བཀའ་མངའ་བསྐྱུར་བའི་ཕྱིར། སངས་  
 རྒྱུ་བཅོམ་ལུན་འདས་རྣམས་ལ་བྱུང་དབང་ཞེས་བྱའོ། །དེ་རྣམས་  
 ལས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དག་སྟེས་པ་ནི་དེ་དག་ལས་བསྐྱུན་པའོ། །

རི་ལྟར་ཞེ་ན། སངས་རྒྱུ་རྣམས་བྱང་བར་གྱུར་པ་ན་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་སྟོན་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་  
 ལ། དེ་ཉན་པ་དང་། སེམས་པ་དང་། སྟོམ་པའི་རིམ་པ་ལས་ཀྱང་ལྷག་

པར་མོས་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་  
རྫོགས་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གལ་ཏེ་ཡང་ཁ་ཅིག་གིས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉེ་བར་  
བསྟན་པ་ཉན་པ་ཁོ་ན་ལས་དོན་དམ་པ་རྫོགས་པ་ལ་མཁས་སུ་བྱིན་  
ཀྱང་། མཐོང་བའི་སྐྱེ་བ་ཁོ་ན་ལ་ཟུང་ན་ལས་འདས་པ་ཐོབ་པར་མི་  
འགྱུར་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་སྐྱེ་བ་པ་པོ་དག་གིས་  
ལས་རྣམས་པར་སྦྱིན་པར་ངེས་པའི་འབྲས་བུ་ལྟར་ཆོ་རབས་གཞན་དུ་  
མདོན་པར་འདོད་པའི་འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པ་གོར་མ་ཆག་ཐོབ་  
པར་འགྱུར་རོ། །

རི་སྐྱང་དུ། འཕགས་པ་ལྟས། དེ་ཉིད་ཤེས་པས་གལ་ཏེ་འདིར། །ཟུ་  
ངན་འདས་པ་མ་ཐོབ་ཀྱང་། །སྐྱེ་བ་གཞན་དུ་འབད་མེད་པས། །ངེས་  
པར་ཐོབ་འགྱུར་ལས་བཞིན་ནོ། །ཞིས་བཤད་དོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། དབུ་མ་ལས་ཀྱང་། རྫོགས་སངས་རྒྱས་རྣམས་མ་  
བྱུང་ཞིང་། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱང་བཟད་པ་ན། །རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་  
ཤེས་ནི། །རྟེན་པ་མེད་པར་རབ་དུ་འབྱུང་། །ཞིས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་ཡང་དག་པའི་གདམས་ངག་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་བྱེད་  
པས་ན་ཉན་ཐོས་དག་སྟེ། །འདི་ལྟར་བྱ་བ་བྱས་སོ། །འདི་ལས་སྲིད་པ་  
གཞན་མི་ཤེས་སོ། །ཞིས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་འབྲས་བུའི་མཆོག་གམ་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ལས་

ཐོས་ནས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནམས་ལ་སྒྲིགས་པར་བྱེད་པས་ན་ཉན་  
 ཐོས་དག་སྟེ། དམ་པའི་ཚོས་པ་རྒྱ་དཀར་པོའི་མདོ་ལས། མགོན་པོ་དེ་  
 རིང་བདག་ཅག་ཉན་ཐོས་གྱུར། །བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ཡང་དག་བསྒྲགས་  
 པར་བཞི། །བྱང་ཆུབ་པ་ཡི་སྒྲ་ཡང་རབ་དུ་བརྗོད། །དེ་བས་བདག་  
 ཅག་ཉན་ཐོས་མི་ཟད་འདྲ། །ཞེས་ངེ་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ནམས་ཀྱང་དེ་ལྟ་ཡིན་མོད་གྱི། དེ་ལྟ་ན་  
 ཡང་སྒྲིགས་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་གྱི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཅམ་ཡང་  
 མི་སྐྱབ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉན་ཐོས་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་ནམས་ལ་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲ་འདི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་དེ་ཉིད་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། སྤྲ་ན་མེད་པ་  
 ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་སངས་རྒྱས་གསུམ་ཅར་ལ་ཡང་འཇུག་སྟེ།  
 དེས་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲས་རང་སངས་རྒྱས་དག་བསྟུང་དོ། །དེ་དག་  
 བོ་བཤོད་ནམས་དང་། ཡེ་ཤེས་གོང་དུ་འཕེལ་བའི་བྱང་པར་གྱིས་  
 ཉན་ཐོས་ནམས་ལས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར་དང་། བཤོད་  
 བཤོད་ནམས་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་དང་། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་། རྣམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ལ་སོགས་པ་མེད་པས་ཡང་དག་པར་རྗོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ནམས་ལས་དམན་པའི་ཕྱིར་ན་འབྲིང་དོ། །དེ་ཉིད་  
 ཀྱི་ཕྱིར་དེ་དག་ནི་ཉེ་བར་མ་བསྟན་པར་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་ཞིང་བདག་  
 ཉིད་གཅིག་པུའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པས་རང་སངས་རྒྱས་སོ། །  
 ངེ་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དེ་

དག་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཚོས་བསྟན་པ་ལས་ངེས་པར་བྱུང་བ་  
ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཐུབ་དབང་ལས་སྐྱེས་སོ། །

ཡང་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་དེ་རྣམས་གང་ལས་བསྟན་ཤེ་ན། སངས་  
རྒྱས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་། །ཞིས་བྱ་བ་སྟོས་སོ། །  
གལ་ཏེ་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལས་སྐྱེས་པར་གྱུར་པས་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་ཞིས་བརྗོད་  
པ་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་ངི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙེམ་ལྟར་འདས་  
རྣམས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་ཤེ་ན། འདི་ནི་བདེན་  
མོད་ཀྱི་འོན་ཀྱང་རྒྱ་གཉིས་ཀྱིས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་དག་སངས་  
རྒྱས་བཙེམ་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་རྒྱུར་འགྱུར་ཏེ། གནས་སྐབས་ཀྱི་  
ཁྱད་པར་དང་། ཡང་དག་པར་འཛིན་ཏུ་འཇུག་པ་ལས་སོ། །

དེ་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ལས་ནི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
གནས་སྐབས་ནི་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་  
ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །ཡང་དག་པར་འཛིན་ཏུ་འཇུག་པ་ལས་ནི།  
ངི་ལྟར་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔར་གྱུར་པ་  
ཉིད་ཀྱི་བཙེམ་ལྟར་འདས་ཤུག་ཐུབ་པ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཆེས་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་  
ཡང་དག་པར་འཛིན་ཏུ་བཅུག་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་  
ལྟར་འབྲས་བུ་མཐར་ཐུག་པ་དེའི་རྒྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ལ་ལྟོས་ནས་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་

པར་བསྟན་ཏེ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྒྱ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཆེས་བསྐྱེད་  
 བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ། རྒྱ་ལ་མཆོད་པ་བརྗོད་པས་བྱང་འབྲས་བྱ་ལ་  
 མཆོད་པ་དོན་གྱིས་འཕངས་པར་དགོངས་ཏེ། སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟུང་  
 འདས་དེ་དག་གིས་སྟོན་གྱི་སྟོན་ཤིང་ཆེན་པོ་འབྲས་བྱ་ངེས་པ་དཔག་  
 ཏུ་མེད་པ་སྟེར་བ། ལྷ་བྱ་ལ་སོགས་མཐོ་ཞིང་ལོ་མ་འཇམ་པའི་གནས་  
 སྐབས་སུ་བྱུར་པ་ལྟར་བསྐྱེམས་ཏེ་ཡོངས་སུ་བསྐྱེད་བར་བྱ་བ་ཉིད་  
 ཏུ་བསྟན་པར་བྱ་ཞིང་། ཏུས་དེར་ཉེ་བར་བྱུར་ཅིང་ཐེག་པ་གསུམ་ལ་  
 བཀོད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཕུང་པོ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཉིད་ལ་ངེས་པར་  
 སྐྱུར་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་པ་  
 མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

ཇི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པའི་མདོ་ལས།  
 འོད་སྤངས། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། ཟླ་བ་ཆེས་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་  
 ལྟར་ཉ་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོད་སྤངས། དེ་བཞིན་དུ་གང་དག་ང་ལ་  
 རབ་ཏུ་དད་པ་དེ་དག་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཕྱག་  
 བུའི། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལ་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཅིའི་  
 ཕྱིར་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལས་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་  
 པ་རྣམས་བྱུང་ངོ་། །དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ལས་ནི་ཉན་ཐོས་  
 དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བྱུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་རིགས་པ་དང་། ལྷང་དག་གིས་དེ་བཞིན་  
 གསེགས་པ་རྣམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་འབྱུངས་པ་ཡིན་ནོ།



ཞེས་བྱ་བ་འདི་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་ཅིའི་ཕྱིར་རྒྱ་ཅན་ཞིག་ཡིན་  
 ཞེ་ན། སྙིང་རྩེའི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་སྟོང་དང་། །བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 བྱི་རྒྱལ་སྤྲུལ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་སོ། །དེ་ལ་སྙིང་རྩེ་ནི། བཅེ་  
 བ་སྟེ་འདི་ཉིད་དུ་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རྣམ་པ་དང་རང་གི་ངོ་བོ་  
 ཅན་ནོ། །གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྟོང་ནི། དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་མེད་  
 པ་ལ་སོགས་པ་མཐའ་གཉིས་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་རབ་པོ། །བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ནི། འཕགས་པ་ཆོས་ཀྱན་འགྲོ་བའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་  
 པར་བཞུགས། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་པའོ། །  
 སྟོང་བྱུར་དུ་བྱུང་བ་མི་གནས་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་ཤེས་པར་བཞུ་  
 བ་ཅམ་དང་། ཤེས་པ་པོས་སྟོང་པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་བཞུ་  
 བ་ཅམ་དུ་བས་ན་ཆོས་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་འདི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་  
 ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱའོ་སྟུམ་ནས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་སེམས་  
 གང་སྟེས་པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་  
 བཞུགས། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་སེམས་དང་།  
 ལྷ་ན་མེད་པའི་སེམས་དང་། བྱམས་པས་མཉེན་པའི་སེམས་དང་།  
 སྙིང་རྩེས་མི་སྒྲིག་པའི་སེམས་དང་། དགའ་བས་འགྱུད་པ་མ་མཆིས་  
 པའི་སེམས་དང་། བཏང་སྟོམས་ཀྱིས་དྲི་མ་མ་མཆིས་པའི་སེམས་དང་།  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་མི་འགྱུར་བའི་སེམས་དང་། མཚན་མ་མ་མཆིས་

པས་སྒྲིབ་པ་མ་མཆིས་པའི་སེམས་དང་། སྒྲོན་པ་མ་མཆིས་པས་མི་  
གནས་པའི་སེམས་ཞེས་ངི་སྐད་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་གཙུག་པོ་འཁྱེད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་དང་།  
གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཤེས་རབ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་བྱ་བ་  
ཆོས་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཡིན་ནོ། །

ངི་སྐད་དུ། རིན་པོ་ཆེའི་བྲེང་བ་ལས། དེ་ཡི་ཙྰ་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས། །  
རི་དབང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་བརྟན་དང་། རྩོགས་མཐའ་གདུགས་པའི་སྒྲིང་  
རྩེ་དང་། གཉིས་ལ་མི་བརྟེན་ཡེ་ཤེས་ལགས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་གསུམ་ཀྱི་ནང་ནས་ཀྱང་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་གཙུག་པོ་བསྟན་པ་ནི།

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཀྱི་ཙྰ་  
བ་ཡང་སྒྲིང་རྩེ་ཡིན་པའི་བྱིར་ན་སྒྲིང་རྩེ་གཙུག་པོ་ཉིད་དུ་བསྟན་པར་  
འདོད་པས།

གང་བྱིར་བཞེད་ཉིད་རྒྱལ་བའི་ཨོ་རྟོག་བྱན་ཆོགས་འདིན། །

ས་ཐོན་དང་ནི་སྒྲིལ་ལ་ཁྱུ་འདྲ་ལྟན་རིང་བུ། །

ཨོངས་སྒྱུད་གནས་ལ་ཕྱིན་ལ་ཉྱ་བྱར་འདོད་གྱུར་བ། །

དེ་བྱིར་བདག་གིས་ཐོག་མར་སྒྲིང་རྩེ་བཞེད་པར་བཀྱི། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་སོ། །ངི་ལྟར་བྱི་རོལ་གྱི་འབྲུ་ལ་སོགས་པ་ཐུན་སུམ་  
ཆོགས་པ་ལ། ཐོག་མ་དང་། བར་དང་། ཐ་མ་རྣམས་སུ་ས་བོན་དང་།  
རྒྱ་དང་། སྒྲིན་པ་རྣམས་གཙུག་པོ་ཉིད་དུ་གྱུར་པས་ཉེ་བར་མཁོ་བ་  
ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྒྲིང་རྩེ་ཁོ་ན་དུས་གསུམ་ཅར་དུ་ཡང་རྒྱལ་

བའི་ལོ་ཐོག་ལུན་སུམ་ཚྲིགས་པ་ལ་ཉི་བར་མཁོ་བ་ཉིད་དུ་སྟོན་པ་  
ཡིན་ནོ། །

འདི་ལྟར་སྟོང་རྗེ་ཅན་ནི་གཞན་གྱི་སྤྱད་བསྐྱེད་གྱིས་སྤྱད་བསྐྱེད་  
བ་ཉིད་གྱིས་སེམས་ཅན་སྤྱད་བསྐྱེད་བར་གྱུར་པ་མ་ལུས་པ་ཡོངས་  
སྤྱོད་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། གདོན་མི་བླ་བར་བདག་གིས་འཇིག་རྟེན་  
འདི་མཐའ་དག་སྤྱད་བསྐྱེད་ནས་བཏོན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཉིད་ལ་ངེས་  
པར་སྐྱར་བར་བྱའོ་སྟུང་དུ་ངེས་པར་སེམས་སྦྱིད་པར་བྱེད་དོ། །དམ་  
བཅའ་བ་འདི་ཡང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པས་སྐྱབ་  
པར་མི་རུས་པས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་ཡང་ངེས་པ་ཁོ་ནར་  
འབྱུག་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ནི་སྟོང་  
རྗེ་ཉིད་ཡིན་ནོ། །

རི་སྐད་དུ། རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱིར་བ་ལས། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་གང་ཞིག་  
ལས། སྟོང་རྗེ་སྟོན་བཏང་སྦྱོང་པ་ཀུན། །ཡེ་ཤེས་ངྲི་མ་མེད་བཤད་པ། །  
སེམས་ཡོད་སུ་ཞིག་དེ་ལ་སྟོན། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དུ་བྱིན་གྱང་། གལ་ཏེ་དུས་ཕྱིས་སྟོང་  
རྗེའི་རྒྱས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྩས་པར་མ་གྱུར་ན། འབྲས་བུའི་ཚྲིགས་  
ཡངས་པ་མ་བསགས་པ་འདི་ངེས་པར་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་  
རྒྱས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པས་བྱ་ངན་ལས་འདའ་བར་  
འགྱུར་རོ། །འབྲས་བུ་མཐའ་ཡས་པའི་གནས་སྐབས་ཐོབ་དུ་བྱིན་གྱང་  
གལ་ཏེ་དུས་ཕྱིས་སྟོང་རྗེའི་ཡོངས་སུ་སྟོན་པ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ན་

ནི་འདི་རུས་རིང་པོར་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་པར་མི་འགྱུར་ལ། འཕགས་  
པའི་འབྲས་བུའི་ཚོགས་ཆེན་པོ་རིམ་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་རུ་བརྒྱད་  
པ་རྣམ་པ་བར་མ་ཆད་པ་ཡུན་རིང་པོར་མངོན་པར་འཕེལ་བར་  
ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དམིགས་པའི་སྒོ་ནས་རང་བཞིན་བརྗོད་དེ་དེ་ལ་བསྟོད་པ་ལ། མེས་  
ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲིང་རྗེ་ལ་བསྟོད་པ་དང་། ཚོས་དང་དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་  
པའི་སྒྲིང་རྗེ་ལ་བསྟོད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་དམིགས་པའི་བྱེ་བྲག་ལ་འརྱག་པའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་སྒྲིང་རྗེའི་  
རང་གི་ངོ་ཐོའི་བྱད་པར་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱས་ཏེ་དེ་ཉིད་ལ་  
ཕྱག་འཆལ་བ་བརྩམ་པར་འདོད་པས།

དང་པོར་ང་ཞེས་བདག་ལ་ཞེན་གྱུར་ཅིང་། །

བདག་གི་འདི་ཞེས་དངོས་ལ་ཆགས་བསྐྱེད་ལ། །

རྫོ་རྒྱན་འབྱུན་ལྷན་རང་དབང་མེད་ལ་ཡི། །

འགྲོ་ལ་སྒྲིང་རྗེར་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། ། ༡

ཅས་བྱ་བ་སྒྲོས་སོ། །འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་བདག་གིར་མངོན་པར་  
ཞེན་པའི་སྤྲ་རོལ་དེ་ཉིད་རུ་ངར་འཇིན་པས་ཡོད་པས་མ་ཡིན་པའི་  
བདག་ཡོད་དོ་སྟམ་རུ་ཉེ་བར་བརྟགས་ནས་འདི་ཉིད་རུ་བདེན་  
པར་མངོན་པར་ཞེན་ཅིང་། འདི་ནི་བདག་གིའོ་སྟམ་རུ་ངར་འཇིན་  
པའི་ཡུལ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོའི་རྣམ་པ་མ་ལྟས་པ་ལ་མངོན་  
པར་ཞེན་པ་ཡིན་ནོ། །བདག་དང་བདག་གིར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་

འཇིག་རྟེན་འདི་ནི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཐག་པས་ཆེས་དམ་དུ་  
 བསྐྱམས་པ། འབྲུལ་འཁོར་བསྐྱོར་མཁན་ནམ་པར་ཤེས་པའི་བསྐྱོད་  
 པ་ལ་རག་ལས་པར་འཇུག་པ། འཁོར་བའི་ཁྲོན་པ་ཆེན་པོ་སྲིད་པའི་  
 ཆེ་མོ་ནས་མཁར་མེད་པ་ལ་ཐུག་པ་ཟབ་ལ་བར་མེད་པར་འཕྱུན་པ།  
 རང་གི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐུར་དུ་འགྲོ་བར་འཇུག་པ་འབད་པས་ཅི་ཞིག་  
 ལྟར་དྲང་བར་བྱ་བ་མི་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་། ལས་  
 དང་། སྤྱི་བའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་མ་དང་།  
 སྤྱི་མ་དང་། བར་གྱི་རིམ་པ་ངེས་པར་མི་ཟིན་པ། ཉི་མ་རེ་རེ་ཞིང་  
 ཐུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཐུག་བསྐྱེལ་དང་། འགྱུར་བའི་ཐུག་བསྐྱེལ་ཉིད་དག་  
 གིས་གཙོག་པའི་སྤྱིར་བློ་ཆུན་ཁྱུང་མོའི་གནས་སྐབས་ལས་མ་འདས་  
 པར་གནས་པ་ཞིག་སྟེ། གང་གི་སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་ཐུག་  
 བསྐྱེལ་གྱིས་ཐུག་བསྐྱེལ་བ་དེ་ལ་ཤིན་དུ་སྤྱིང་རྗེས་དམིགས་ནས་  
 བསྐྱེལ་པར་སྤྱོད་བ་དེའི་སྤྱིར་ཆེས་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་བཅོམ་ལྡན་འདས་མ་  
 སྤྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་རབ་དུ་ཐུག་འཆལ་ལོ། །འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ནམས་ཀྱི་སྤྱིང་རྗེས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའོ། །

གཉིས་པ་ཆོས་དང་དམིགས་མེད་ལ་དམིགས་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ལ་བསྐྱོད་པ་ནི།

ཆོས་ལ་དམིགས་པ་དང་། དམིགས་པ་མེད་པའི་སྤྱིང་རྗེ་ཡང་  
 དམིགས་པའི་སྤྱོད་ནས་གསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར།

འགྲོ་བ་གཡོ་བའི་རྒྱ་ཡི་ནང་གི་ཟླ་བ་ལྟར། །

གཡོ་དང་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་པར་མཐོང་བ་ཡིས། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་ཏེ། སྒྲིང་རྗེར་གྱུར་གང་དེ་ལ་འདུད། །ཅེས་བྱ་  
བ་དེ་དང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །འདི་ལྟར་ཆུ་ཤིན་ཏུ་དྲངས་པ་རྒྱུ་དེ་<sup>(1)</sup>  
ཐོར་དྲག་པོ་མ་ཡིན་པས་ཆ་ཤས་བརྒྱབས་པས་བྱབ་པའི་ནང་དུ་  
ཟླ་བའི་གཟུགས་བརྟན་སྤར་དམིགས་པའི་རྟེན་གྱི་ཡུལ་དང་། ལྟན་  
ཅིག་འཇིག་པ་དེ་དག་གིས་དངོས་པོ་མངོན་སུམ་དུ་དམིགས་པ་ལྟ་  
བུ་ཤར་བ་ན། དམ་པ་དག་གིས་གཉིས་པོ་འདི་རང་གི་བདག་ཉིད་  
གསལ་བར་བྱེད་པ་ལྟར་གནས་པར་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། སྐད་ཅིག་  
རེ་རེ་ལ་མི་རྟག་པ་ཉིད་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྒྲིང་རྗེའི་གཞན་གྱི་དབང་དུ་གྱུར་  
པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བའི་མཆོར་མ་  
རིག་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཚིའི་རོ་ཕུལ་དུ་བྱང་བ་འབྱང་བའི་རྒྱ། ཕྱིན་  
ཅི་ལྟག་རྟོག་པ་མཐའ་དག་པའི་མཆོན་ཉིད། འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་མ་  
རིག་པའི་ཆུ་སྟོན་པོ་རྒྱ་ཆེ་བ་རྒྱལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་རྒྱུ་གིས་རབ་ཏུ་བསྐྱོད་པའི་ནང་ན་གནས་པ་རང་གི་ལས་ཀྱི་  
གཟུགས་བརྟན་ལྟ་བུར་མཐུན་ན་གནས་པ་རྣམས་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་  
ལ་མི་རྟག་པའི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་ཐོག་དུ་འབབ་པ་དང་། རང་བཞིན་གྱིས་  
སྟོང་པར་མཐོང་བ་ན། དེ་དག་གི་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུག་བསྐྱེལ་  
འཛོམས་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ། དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་ཚིའི་རོ་ཕུལ་དུ་  
བྱང་བ་འབྱང་བའི་རྒྱ། ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་རྟོག་པ་མཐའ་དག་ལྟག་པའི་

(1) མ་དཔེར་རྒྱུ་དེ་ཐོར་གསལ་ཡང་རྒྱུ་དལ་པོ་ཡིན་ནམ་སྟམ་

མཚན་ཉིད། འགྲོ་བ་ཡོངས་ཀྱི་གཉེན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་རྟུ་གྱུར་པ་  
སངས་རྒྱས་ཉིད་ཡང་དག་པར་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གི་  
སྤྱིང་རྗེས་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་དང་། ཚོས་ལ་དམིགས་པ་དང་།  
དམིགས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་རྣམས་ལ་རབ་རྟུ་བརྟུད་ནས།

གཉིས་པ་བཅུ་ལྔ་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས།  
རྒྱ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའི་ས་དང་། འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
ལ། ས་བརྩུ་དངོས་དང་། དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ལ་བརྩུ། རབ་  
རྟུ་དགའ་བ། སྤྱི་མ་མེད་པ། འོད་བྱེད་པ། འོད་འཕྲོ་པ། སྤྱང་དགའ་བ། མཛོན་རྟུ་གྱུར་  
པ། རིང་རྟུ་སོང་བ། མི་གཡོ་བ། ལེགས་པའི་སློ་གྲོས། ཚོས་ཀྱི་སྤྱིན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་  
རབ་རྟུ་དགའ་བ་ལ། བྱུང་གཞི་སའི་ངོ་བོ་མདོར་བསྟན། བྱུང་ཚོས་སའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་  
པར་བཤད། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སློ་ནས་མཁུག་བསྟུ་བ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི།

བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་དབྱེ་བ་  
རྣམ་པ་བརྩུ་བརྗོད་པར་འདོད་པས། དེ་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་སེམས་དང་པོའི་  
དབང་རྟུ་བྱས་ནས།

རྒྱལ་བའི་སྤྱུ་ལོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་འགྲོ་བ་རྣམས། །

རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་བྱིར་སྤྱིང་རྗེས་དབང་གྱུར་ཅིང་། །

ཀྱན་རྟུ་བཟང་པོའི་སྤྱོན་པས་རབ་བསྐྱོས་དགའ་བ་ལ། །

རབ་རྟུ་གནས་པ་དེ་ནི་དང་པོ་ཞེས་བྱའོ། །

ཞེས་བྱ་བ་སློས་སོ། །བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་

མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་སྟིང་རྗེ་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་བྱིན་པ་ཉིད་ཆར་  
ནམ་པར་སྤེལ་བ་ན་ས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་འཛོལ་སྟེ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཉིན་དུ་  
ཟུར་པའི་ཕྱིར་རོ།

དེ་ཡང་གོང་ནས་གོང་དུ་ཡོན་ཏན་གྱི་གུངས་དང་། མཐུ་ཕུལ་དུ་  
བྱང་བ་ཐོབ་པ་དང་། སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཕ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་ལྷགས་  
པ་དང་། རྣམ་པར་སྤྱིན་པ་འཕེལ་བའི་བྱེ་བྲག་གིས་ས་རབ་དུ་དགའ་  
བ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བས་དབྱེ་བ་རྣམ་པ་བརྩུར་གཞག་གི།  
འདི་ལ་རང་གི་ངོ་པོའི་བྱང་པར་གྱིས་བྱས་པའི་དབྱེ་བ་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ།

རི་སྐད་དུ། རི་ལྟར་བར་སྤང་བྱ་རྗེས་མཁས་རྣམས་གྱིས། །བརྗོད་  
པར་རུས་མ་ཡིན་ཞིང་མི་མཐོང་བ། །དེ་ལྟར་རྒྱལ་བའི་སྲས་གྱི་ས་ཀྱན་  
ཀྱང་། །བརྗོད་མི་རུས་ན་མཉམ་པར་ག་ལ་རུས། །ཞེས་གསུངས་སོ།

དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་རབ་དུ་དགའ་བ་ནི། བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ། མཐར་ཆོས་  
གྱི་སྤྱིན་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྩུ་པའོ།

དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་འགྲོ་  
བ་རང་བཞིན་མེད་པར་མཐོང་བ་སྟིང་རྗེའི་བྱང་པར་ཉིད་དུ་ཉེ་  
བར་གཟུང་བའི་སེམས་གང་སྟིང་རྗེའི་གཞན་གྱི་དབང་དུ་ཟུར་ཅིང་།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་སྟོན་ལམ་གྱིས་ཡོངས་སུ་  
བསྟོས་པ་རབ་དུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཅན་གཉིས་སུ་མེད་པའི་



ཡེ་ཤེས་དེའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་མཚོན་པ་དེ་ལ་ནི། དང་པོ་  
ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་དོ། །

དེ་ལ་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་བརྩ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་ལམ་འབྲུམ་ཕྱག་  
གྲངས་མེད་པ་ཕྱག་བརྩ་པོ་གང་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
དང་པོ་བསྐྱེད་པས་འདེབས་པ་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྟོན་ལམ་གྱི་ནང་ཏུ་འདུས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་ལམ་  
མ་ལུས་པ་ཉེ་བར་བསྐྱེད་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་སྟོན་  
ལམ་བྱང་པར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཇི་ལྟར་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པར་ཞུགས་པ་དང་། འབྲས་བུའི་  
ལམ་ལ་གནས་པའི་དབྱེ་བས་ཉན་ཐོས་གྱི་ས་བརྒྱད་རྣམ་པར་འཛོག་  
པ་དེ་བཞིན་དུ། ཐེག་པ་ཆེན་པོར་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་  
གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྩ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་ཇི་ལྟར་ཉན་ཐོས་ངེས་པར་འབྱེད་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པའི་  
གནས་སྐབས་སྐྱེད་པ་ནི། འབྲས་བུ་དང་པོ་ལ་ཞུགས་པའི་གནས་  
སྐབས་ཡིན་པར་མི་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་སྤྲིན་གྱི་མདོ་ལས་  
མོས་པ་ཆེན་པོའི་ཡང་ཆེན་པོས་སྦྱོད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ས་དང་པོ་  
དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཐོབ་པར་གནས་པ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བྱང་  
ཆུབ་གྱི་སེམས་མ་བསྐྱེད་པའི་སའོ་ཞེས་ཇི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

མོས་པས་སྦྱོད་པའི་སྐད་ཅིག་དེ་ལ་གནས་པ་ཡང་། རིགས་གྱི་བྱ།

འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། འཁོར་ལོས་སྐྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་ནི་མིའི་མདོག་  
ལས་ནི་འདས་ལ། ལྟའི་མདོག་ནི་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། རང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཐམས་ཅད་ལས་ནི་ཤིན་དུ་འདས་ལ། དོན་དམ་  
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ནི་མ་ཐོབ་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་དེ་ཉིད་  
ལས་རྣམ་པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་ཁྱད་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཁྱད་པར་གྱི་  
ཡོན་ཏན་གཞན་དང་། གཙོ་བོར་སྒྱུན་པའི་པར་སྒྱུན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས།  
མིང་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། དོན་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཅོ་ཞེས་པའོ། །

ཡང་གང་གི་ཆོ་འདི་རབ་དུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་ས་དང་པོ་ལ་  
ཞུགས་པར་གྱུར་པ།

དེ་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་དེ་ནི་དེ་ཐོབ་གྱུར་པ་ཡིས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའི་སྒྲ་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་དོ། །

སེམས་དེ་ཐོབ་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ས་  
ལས་འདས་པའི་གནས་སྐབས་སུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱེ་ཁོ་ནས་  
བརྗོད་པར་བྱ་བ་ཡིན་གྱི། རྣམ་པ་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཆོ་  
དེ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

རི་སྐད་དུ། བཙུག་ལྷན་འདས་མ་ཉིས་སྟོང་ལྔ་བརྒྱ་པ་ལས། བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྗེས་སུ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའི་

ཚོག་སྤྲུགས་ཏེ། གང་གིས་ཚས་ཐམས་ཅད་རྗེས་སུ་རྟོགས་ཤིང་ཤེས་  
པའོ། རི་ལྟར་ཤེས་ཤེན། མ་བྱང་བ་དང་། ཡང་དག་པར་མ་བྱང་བ་  
དང་། ལོག་པ་དང་། དེ་དག་རི་ལྟར་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོའི་བརྟགས་  
པ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པ་དང་། རི་ལྟར་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོས་རྟེན་པ་དེ་  
ལྟ་མ་ཡིན་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། བྱང་ཆུབ་ནི་རྣམ་པར་མ་གཏོགས་པའོ། བྱང་  
ཆུབ་ནི་མ་བསྐྱབས་པའོ། བྱང་ཆུབ་ནི་དམིགས་པ་མེད་པའོ། །རབ་  
ཀྱི་རྩལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ནི་བྱང་ཆུབ་  
བརྟེན་པ་མེད་དེ། ཚོས་ཐམས་ཅད་མ་རྟེན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཚོས་ཐམས་  
ཅད་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ནི་སངས་  
རྒྱུ་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱའི། རི་སྐྱད་བརྗོད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཀྱི་  
རྩལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ། གང་དག་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་  
ཅིང་སེམས་འདི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱའོ། །གང་ཏུ་བདག་  
ཅག་གིས་སེམས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་བྱང་ཆུབ་དེ་ནི་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱང་  
ཆུབ་ཏུ་རྟོམ་སེམས་སུ་བྱེད་པ་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་  
མི་བྱའོ། །དེ་དག་ནི་སྐྱེ་བར་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེན། འདི་ལྟར་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་པར་ཞེན། སེམས་  
སུ་མངོན་པར་ཞེན། བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན། ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཡང་བྱང་ཆུབ་ནི་མཆོན་ཉིད་མེད་པ་  
སྟེ། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བའོ། །གང་གིས་འདི་ལྟར་

རྗེས་སུ་རྟོགས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཅེས་བྱའོ། ཡང་ངི་སྐད་བརྗོད་པ་  
 ནི་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཀྱི་ཚལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ། ཆོས་དེ་རྣམས་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཞེས་བྱའོ། །རབ་ཀྱི་ཚལ་གྱིས་  
 རྣམ་པར་གཞོན་པ། གང་ལ་ལ་ཞིག་ཆོས་འདི་མ་ཤེས་ཤིང་རྗེས་སུ་  
 མ་རྟོགས་བཞིན་དུ་བདག་ཉིད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔལ་སྟུང་དུ་ཤེས་པ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཕྲོ་ས་ལས་  
 རིང་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆོས་རྣམས་ལས་  
 རིང་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མིང་གིས་  
 ལྟ་དང་། མིང་དང་། ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་འདིག་རྟེན་བསྐྱུ་བ་ཡིན་ནོ། །རབ་ཀྱི་  
 ཚལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ། འདི་ཆོག་ཙམ་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་འགྱུར་ན་ནི། དེ་བས་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔལ་འགྱུར་ན། རབ་ཀྱི་ཚལ་གྱིས་རྣམ་པར་གཞོན་པ། འདི་ནི་  
 གང་གི་ལས་ཙམ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཕྲོ་ས་ལོ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དོན་བྱང་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གསུམ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་རིགས་སུ་སྐྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན། ས་གོང་མ་གཞོན་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན། འཕགས་པ་གཞན་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ། །དང་པོ་ནི།

ངི་སྐད་དུ། བཤད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཐོབ་པ་ནི་གནས་  
 སྐབས་དེར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་སྐྱེ་ཁོ་ནས་བརྗོད་པ་འབའ་ཞིག་  
 དུ་མ་ཟད་གྱི། གཞན་ཡང་།

འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་འདྲ་སྐྱེས་པ་ཉི། །

འདི་ཡི་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་བ་གསུམ་ཡོ་ཐམས་ཅད་སྤྲདས་པ་ཡིན། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་འཆང་ཞིང་། །

འདི་གཉིན་ཁམས་བརྒྱ་ཀྱན་ནས་གཡོ་བར་རྒྱས་པར་གྱུར་པའདྲ་ཡིན། །

ས་སེའི་སྦྱེ་བོ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཐམས་  
 ཅད་ལས་འདས་པའི་སྤྱིར་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་ཀྱན་ཏུ་  
 འོད་ཅེས་བྱ་བའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའི་ལམ་སྦྱེས་པའི་སྤྱིར་ན་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རིགས་སུ་སྦྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཆོ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བས་འདི་  
 བྱི་འཛིག་ཆོགས་ལ་ལྟ་བ་དང་། ཐེ་ཆོམ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་།  
 བརྒྱལ་ཞུགས་མཆོག་ཏུ་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོར་བ་གསུམ་  
 དང་ཡང་བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྲར་མི་སྦྱེ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་  
 མཐོང་བ་ནི་བདག་ཏུ་སྦྱོ་བཏགས་པ་ལས་འཛིག་ཆོགས་སུ་ལྟ་བར་  
 འགྱུར་ཞིང་། །དེ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་གྱིས་དེ་ལམ་གཞན་དུ་འང་འགྲོ་  
 བ་སྤྱིད་པ་ཞིག་ན་གཞན་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེས་པ་ལ་ཞུགས་པས་དེའི་  
 རྒྱ་ཅན་གྱི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་དང་། སའི་མི་མཐུན་པའི་སྤྱོགས་ཀྱི་སྦྱོན་  
 དང་བྲལ་བས་སྦྱོན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགའ་བའི་བྱད་པར་སྦྱེས་པས་  
 རབ་དུ་དགའ་བ་མང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་  
 བྱི་དགའ་བ་མཆོག་ཏུ་གྱུར་བ་སྤེལ་བར་ཡང་ཡིན་ནོ། །རབ་དུ་དགའ་  
 བ་བྱད་པར་འཕགས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་ན་ས་འདིས་ནི་རབ་དུ་དགའ་

བ་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
བརྒྱ་བསྐྱོད་པར་ཡང་རུས་སོ། །

གཉིས་པ་ས་གོང་མ་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

ས་ནས་སར་གཞོན་བྱེད་ཅིང་གོང་མར་རབ་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

དེ་ཆེ་འདི་ཡི་བན་འགྲོའི་ལམ་ནམས་མཐའ་དག་འགགས་པར་གྱུར། །

དེ་ཆེ་འདི་ཡི་ས་སོའི་སྐྱེ་བོའི་ས་ནམས་ཐམས་ཅད་ཟད། །

འདི་ནི་འཕགས་པ་བརྒྱད་པ་རྩི་ལྟར་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བཟུགས། །<sup>༥</sup>

ཞེས་བྱ་བ་ལ་འདི་ནི་རི་ལྟར་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའི་ཆོས་ལ་གོམས་པའི་  
སྤྱིར་དང་། ས་གཉིས་པ་ལ་སོགས་པ་ལ་གཞོན་པ་ལ་སྒྲོ་བ་ཆེ་བའི་  
སྤྱིར་ས་ནས་སར་གཞོན་པ་ན་གོང་ཏུ་རབ་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །

མདོར་ན་རི་ལྟར་འཕགས་པ་རྒྱུན་ཏུ་ཞུགས་པ་ལ་རང་དང་རྗེས་  
སྤྱི་མཐུན་པའི་འཕགས་པའི་ཆོས་རྟོགས་པ་ལས་སྒྲོན་དང་བྲལ་ཞིང་།  
ཡོན་ཏན་འབྱུང་བར་གྱུར་བ་དེ་བཞིན་ཏུ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་  
འདི་ལ་ཡང་ས་རྟོགས་པ་ལས་རང་དང་འཆོམ་པའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་  
བ་དང་། སྒྲོན་ཟད་པར་རྒྱུན་ཏུ་ཞུགས་པའི་དཔའི་སྒྲོ་ནས་ཡོངས་སྤྱི་  
གསལ་བར་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་འཕགས་པ་གཞན་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་གཉིས། ས་དང་  
པོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དང་སྒྲིང་རྗེ་ལྷག་བསམ་གྱིས་དང་། བརྒྱན་པ་ནས་སྒྲོའི་སྒྲོབས་  
གྱིས་བྱང་ཏན་རང་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་རུས་པའོ། །དང་པོ་ནི།

བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་འདི།

རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལྟ་དང་པོ་ལ་གནས་ཀྱང་། །

བྱང་དབང་གསུང་སྒྲིམ་དང་བཅས་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། །

བསོད་ནམས་དག་གི་དབང་གིས་ལམ་བྱས་རྣམ་པར་འཕེལ། །

ཞེས་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་བྱང་པར་གཞན་ཡིན་ཏེ། རི་སྐང་  
དུ། འཕགས་པ་བྱམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལས། རིགས་ཀྱི་བུ། འདི་  
ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱལ་པོའི་སྤྱུ་སྒྲིམ་ནས་རིང་པོར་མ་ལོན་པ་རྒྱལ་  
པོའི་མཆན་དང་ལྡན་པ་ནི་སྟོན་པོའི་ཚྭས་སྐྱ་པོ་གཙོ་པོར་གྱུར་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱང་རིགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཆེ་བའི་དབང་གིས་བྲིལ་གྱིས་  
གནོན་ཏོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་དང་པོ་པ་བྱང་ཆུབ་དུ་  
སེམས་བསྐྱེད་ནས་རིང་པོ་མ་ལོན་པ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཚོས་ཀྱི་  
རྒྱལ་པོའི་རིགས་སྤྱུ་སྒྲིམ་པས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་། ལྷིང་རྗེའི་  
དབང་གིས་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཡུན་རིང་དུ་ཆོངས་པར་  
སྤྱད་པ་རྣམས་བྲིལ་གྱིས་གནོན་ཏོ། །རིགས་ཀྱི་བུ། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་  
ན། རྣམ་མཁའ་ལྡིང་གི་དབང་པོ་ཆེན་པོའི་སྤྱུ་སྒྲིམ་ནས་རིང་པོ་མ་  
ལོན་པའི་གསོག་པའི་རྒྱང་གི་ཤྱགས་དང་། མིག་ཡོངས་སྤྱད་ག་པའི་  
ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་བྱའི་ཚྭས་མ་ལུས་  
པ་སྐས་པར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་དང་པོ་  
བསྐྱེད་པ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམ་མཁའ་ལྡིང་གི་དབང་པོ་ཆེན་

པོའི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུད་དུ་ཡང་དག་པར་བྱང་བ་ནམ་མཁའ་ལྗིང་གི་  
 དབང་པོ་ཆེན་པོའི་སྤྱ་གྲུ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 པའི་གཤོག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་པ་རོལ་གཞོན་པ་དང་། ལྷག་པའི་བསམ་  
 པ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་མིག་གི་ཡོན་ཏན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་  
 བརྒྱ་སྟོང་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་  
 ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་བརྟན་པ་སྟོའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉན་རང་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་པ་ནི།

དེ་ནི་རིང་དུ་སྟོང་བར་སྟོ་ཡང་ལྷག་པར་འབྱུང་། །

འཕགས་པ་ས་བརྩུ་པ་ལས་ཀྱང་། ཀྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྱས་དག་འདི་ལྟ་  
 ལྟ། དཔེར་ན། རྒྱལ་པོའི་རིགས་སུ་སྐྱེས་པའི་རྒྱལ་པོའི་བྱ་རྒྱལ་པོའི་  
 མཆན་དང་ལྷན་པ་ནི་སྐྱེས་པ་ཅམ་གྱིས་རྒྱལ་པོའི་བྱ་རྒྱུས་སྟོན་པོའི་  
 ཆོགས་ཐམས་ཅད་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་གྱི། རང་གི་སྟོའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་  
 པར་དབྱེད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ནམ་དེ་ནར་སོན་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆེ་  
 རང་གི་སྟོའི་སྟོབས་བསྐྱེད་པས་སྟོན་པོའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་  
 ཏུ་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །

ཀྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྱས་དག །དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་  
 སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་དུ་ལྷག་པའི་བསམ་པའི་ཆེ་བ་ཉིད་ཀྱིས་ཉན་  
 ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་བྱེད་ཀྱིས་གཞོན་གྱི། རང་  
 གི་སྟོའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱེད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་



སེམས་དཔའི་ས་བརྟན་པ་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ནི་རང་གི་ཡུལ་ཤེས་པའི་ཆེ་བ་ལ་གནས་པས་ཉན་ཐོས་དང་  
 རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་ངི་སྐྱད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་རིང་ཏུ་སོང་བ་ཁོ་ན་ནས་བཟུང་ནས་ནི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔས་རང་གི་སྒྲིབ་སྒྲོབས་བསྐྱེད་པས་ཀྱང་ཉན་ཐོས་  
 དང་། རང་སངས་རྒྱས་དག་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པར་འགྱུར་གྱི། ས་འོག་  
 མ་རྣམས་སུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །ལྷང་འདི་ལས་  
 ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་གསལ་བར་  
 དེས་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པར་ཡོངས་  
 སུ་ཤེས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་པའི་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བ་ལྟར་དེ་དག་ཀྱང་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་ཀྱང་རང་གི་སྒྲོས་རྣམ་པར་དབྱེད་པས་ཀྱང་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་  
 པར་འགྱུར་ལ། ཕྱི་རོལ་པ་བཞིན་ཏུ་འདི་དག་གིས་ཁམས་གསུམ་ན་  
 སྐྱོད་པའི་སྤ་རྒྱས་ཐམས་ཅད་སྤངས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །གཟུགས་  
 ལ་སོགས་པའི་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་པས་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་གྱུར་  
 པའི་ཕྱིར་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པར་རྟོགས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ཏེ།  
 བདག་ཏུ་གདགས་པའི་རྒྱ་ཕུང་པོ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ངི་སྐྱད་ཏུ། རིན་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ལས། ངི་སྐྱད་ཕུང་པོར་འཇོན་

ཡོད་པ། །དེ་སྤྱིད་དེ་ལ་ངར་འཛིན་ཉིད། །རང་འཛིན་ཡོད་ན་ཡང་  
ལས་ཏེ། །དེ་ལས་ཡང་ནི་སྐྱེ་བ་ཡི། །ལམ་གསུམ་ཐོག་མཐའ་དབུས་  
མེད་པ། །འཁོར་བའི་དགྲིལ་འཁོར་མགལ་མེ་ཡི། །དགྲིལ་འཁོར་ལྟ་སྤྱི་  
པན་ཚུན་གྱི། །རྒྱ་ཅན་འདི་ནི་འཁོར་བར་འགྱུར། །དེ་ནི་རང་གཞན་  
གཉིས་ཀ་དང་། །དུས་གསུམ་ཉིད་དུའང་མ་ཐོབ་ཐྱིར། །ངར་འཛིན་པ་  
ནི་ཟད་པར་འགྱུར། །དེ་ནས་ལས་དང་སྐྱེ་བ་དང་། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་། །རི་ལྟར་མིག་ནི་འབྲུལ་པ་ཡིས། །མགལ་མེའི་འཁོར་ལ་  
འཛིན་བྱེད་པ། །དེ་བཞིན་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །དེ་ལྟའི་ཡུལ་  
དག་འཛིན་པར་བྱེད། །དབང་པོ་དང་ནི་དབང་དོན་རྣམས། །འབྱུང་  
བ་ལྡ་ཡི་རང་བཞིན་འདོད། །འབྱུང་བ་སོ་སོར་དོན་མེད་པས། །འདི་  
དག་དོན་དུ་དོན་མེད་དོ། །འབྱུང་རྣམས་སོ་སོར་ཐ་དད་ན། །བྱུང་  
ཤིང་མེད་པའི་མེར་ཐལ་འགྱུར། །འདུས་ན་མཆན་ཉིད་མེད་འགྱུར་  
ཏེ། །ལྷག་མ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་ངེས། །དེ་ལྟར་འབྱུང་རྣམས་རྣམ་གཉིས་  
སུའང་། །དོན་མེད་པས་ནི་འདུས་དོན་མེད། །འདུས་པ་དོན་མེད་  
ཉིད་ཀྱི་ཐྱིར། །གཟུགས་ཀྱང་དོན་དུ་དོན་མེད་དོ། །རྣམ་ཤེས་ཚར་དང་  
འདུ་ཤེས་དང་། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་དུ། །སོ་སོར་བདག་  
ཉིད་དོན་མེད་ཐྱིར། །དམ་པའི་དོན་དུ་དོན་མེད་དོ། །རི་ལྟར་སྤྱི་  
བསྐྱེད་ཐྱིར་བཅོས་ལ། །དོན་དུ་བདེ་བར་ང་རྒྱལ་བྱེད། །དེ་བཞིན་བདེ་  
འཛོམས་བྱུང་བ་ལ། །སྤྱི་བསྐྱེད་དུ་ཡང་ང་རྒྱལ་བྱེད། །དེ་ལྟར་ངོ་མོ་  
ཉིད་མེད་ཐྱིར། །བདེ་དང་སྤྱི་བའི་སྤྱིད་པ་དང་། །སྤྱི་བསྐྱེད་བསྐྱེད་

བའི་སྲིད་པ་སྤྱོད་། །དེ་ཕྱིར་དེ་ལྟར་མཐོང་བ་གྲོལ། །གང་གིས་མཐོང་  
བར་འགྱུར་ཞེ་ན། །ཐ་སྐྱད་དུ་ནི་སེམས་ལ་བཟོད། །སེམས་འབྱུང་མེད་  
པར་སེམས་མེད་དེ། །དོན་མེད་ཕྱིར་ན་ཡོད་མི་འདོད། །དེ་ལྟར་ཡང་  
དག་རིམ་བཞིན་དུ། །འགྲོ་བའི་དོན་མེད་ཤེས་ནས་ནི། །རྒྱ་མེད་པ་ཡི་མེ་  
བཞིན་དུ། །གནས་མེད་ལེན་མེད་ཟུང་ན་འདལ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཅི་སྟེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཁོ་ནས་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་  
མེད་པར་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉན་  
ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེ་སྐད་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འདི་རིམ་ལྟར་ཤེས་ཤེ་ན། བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། མཐུག་ཐོགས་ཁོ་ནར་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས།

དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ཀྱང་། །མཐོང་ནས་བྱང་ཆུབ་ངེས་  
པར་འདོད། །འོན་ཀྱང་དེ་ནི་སྟོང་རྗེ་ཡིས། །བྱང་ཆུབ་བར་དུ་སྲིད་  
མཚམས་སྒྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཉན་ཐོས་ལ་བསྟན་པའི་མདོ་དག་ལས་ཀྱང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་  
ཉོན་མོངས་པའི་སྒྲིབ་པ་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

གཞུགས་ནི་དབུ་བ་རྗེས་པ་འདྲ། །ཚོར་བ་རྒྱ་ཡི་རྒྱ་བུར་བཞིན། །  
འདུ་ཤེས་སྒྲིག་རྒྱ་ལྟ་བུ་སྟེ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྒྱ་ཤིང་བཞིན། །རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་སྒྱུ་མ་ལྟར། །ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་བཀའ་སྒྲུལ་ཏོ། །ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པས་དབུ་བ་རྗེས་པ་དང་། རྒྱ་ཡི་རྒྱ་བུར་དང་། སྒྲིག་རྒྱའི་

ཅུ་དང་། ཅུ་ཤིང་གི་ཕུང་པོ་དང་། སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པའི་དཔེ་དག་གིས་  
འདུ་བྱེད་ནམས་ངེས་པར་དབྱུང་པ་ཡིན་ནོ། །

དོན་འདི་ཉིད་སྟོན་པར་མཛད་པ་ནི། སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་སྡེ་ནས་  
གྱིས། ཐེག་པ་ཆེ་ལས་སྐྱེ་མེད་བསྟན། །གཞན་གྱི་ཟད་པ་སྟོང་པ་ཉིད། །  
ཟད་དང་མི་སྐྱེ་དོན་དུ་ནི། །གཅིག་པ་དེ་ཕྱིར་བཟོད་པར་གྱིས། །ཞེས་  
བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

བཅོམ་ལྷན་དངོས་དང་དངོས་མེད་པ། །མཁྱིན་པས་ཀླ་ཏུ་ཡ་ན་  
ཡི། །གདམས་ངག་ལས་ནི་ཡོད་པ་དང་། །མེད་པ་གཉིས་ཀ་དགག་པ་  
མཛད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

གང་ཞིག་གལ་ཏེ་ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ལས་ཀྱང་ཆོས་ལ་བདག་  
མེད་པ་བསྟན་ན་དེའི་ཆེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྟན་པ་དོན་མེད་པར་  
འགྱུར་རོ་སྟུམ་དུ་སེམས་ང་དེའི་ལྷགས་དེ་ཡང་འདི་ལྟར་རིགས་པ་  
དང་ལུང་དང་འགལ་བར་རྟོགས་སོ། །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་བསྟན་པས་  
ནི་ཆོས་ལ་བདག་མེད་པ་ཅུ་འབའ་ཞིག་སྟོན་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་  
གྱི། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་གྱི་ས་དང་། བ་རོལ་  
དུ་བྱེད་པ་དང་། སློན་ལམ་དང་། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་།  
ཡོངས་སུ་བསྟོར་བ་དང་ཆོགས་གཉིས་དང་། བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་  
ཆོས་ཉིད་ཀྱང་ཡིན་ནོ། །

རི་རྒྱུད་དུ། རིན་པོ་ཆེའི་བྲེང་བ་ལས། ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་དེ་ལས་  
ནི། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སློན་ལམ་དང་། །སྟོན་པ་ཡོངས་བསྟོར་

མ་བཤད་དེས། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་ག་ལ་འགྱུར། །བྱང་ཆུབ་  
སྤྱོད་ལ་གནས་པའི་དོན། །མདོ་སྡེ་ལས་ནི་བཀའ་མ་སྦྱལ། །ཐེག་པ་  
ཆེ་ལས་བཀའ་སྦྱལ་པ། །དེ་ཕྱིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གཟུང་། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
བསྟན་པར་ཡང་རིགས་པ་ཉིད་དེ། རྒྱས་པར་བསྟན་པ་བརྗོད་པར་  
འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལས་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་  
པ་མདོར་མཆོན་པ་ཅམ་ཞིག་ཏུ་བྱུང་དོ། །

རི་སྐད་དུ། སློབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་སྔ་ནས་ཀྱིས། མཆོན་མ་མེད་པ་མ་  
ཉོགས་པར། །ཁྱོད་ཀྱིས་ཐར་པ་མེད་པར་གསུངས། །དེ་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱིས་  
ཐེག་ཆེན་ལས། །དེ་ནི་ཆང་བར་བསྟན་པ་ལགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །  
ཞར་ལ་འོངས་པས་ཆོག་གོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སློ་མ་དགྲུགས་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པར་རུས་པས་  
དགྲུས་མ་ཉིད་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཙོ་བོ་སྤྱན་པའི་པར་སྤྱན་བཤད་པ་ལ། ས་དེར་སྤྱན་པའི་པར་སྤྱན་  
ལྷག་པར་བསྟན། ཞར་ལ་སྤྱན་པའི་བསྐྱེད་པ་བཤད། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་  
འདས་ཀྱི་སྤྱན་པའི་བྱང་པར་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། དེས་ཡོན་  
ཏན་གཞན་ཡང་མཆོན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

དེ་ཆེ་དེ་ལ་རྫོགས་སངས་བྱང་ཆུབ་རྒྱ། །

དང་པོ་སྤྱན་པ་ཉིད་ནི་ལྷག་པར་འགྱུར། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ས་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཐོབ་པ་དེ་ལ། སྦྱོན་པ་  
 དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་། བཟོད་པ་དང་། བཙོན་ལྷུས་དང་། བསམ་  
 གཏན་དང་། ཤེས་རབ་དང་། ཐབས་དང་། སྦྱོན་ལམ་དང་། སྟོབས་  
 དང་། ཡེ་ཤེས་ཞེས་བྱ་བ་བརྟེན་པ་དག་ལས་སྦྱོན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་  
 པ་ཁོ་ནས་ཆེས་ལྷག་པར་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལས་གཞན་རྣམས་  
 མེད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྦྱོན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་དང་པོ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེས་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་མཚོན་པ་ནི།

རབ་གསལ་ལྷན་ལྷན་གྱིས་བར་བྱས་པ་ཡི། །

ལྷན་བྱ་མི་ཕྱད་དཔོག་པའི་རྒྱུར་ཡང་འགྱུར། །

དེའི་ཆེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་ཡོན་ཏན་སྤང་རུང་མ་ཡིན་  
 པས་རྟོགས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་སྦྱོར་དང་  
 རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྤང་པའི་བྱད་པར་གྱི་རྗེས་སུ་དཔག་  
 པ་ཉིད་ལས་གསལ་བར་དཔོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། ཏུ་བ་ལ་སོགས་  
 པ་ལས་མེ་ལ་སོགས་པ་དག་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་སྦྱོན་པའི་བསྐྱེད་པ་བཤད་པ་ལ། རྒྱལ་བས་དང་པོར་སྦྱོན་  
 པའི་གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན། གཏོང་བ་པོ་དང་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ཡང་སྦྱོན་  
 པས་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བས་སྦྱོད་པ། རྒྱལ་སྐས་ལ་ཐུར་ཏུ་བདེ་བ་  
 སྦྱོད་པ། དེ་དག་གི་དོན་བཅུ་བ། རྒྱལ་སྐས་ལ་བདེ་བ་སྦྱོད་ཚུལ་བྱེད་ཐག་བཤད་པ་དང་  
 ལཱོ། །དང་པོ་ནི།

ཇི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་སངས་རྒྱས་  
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་དང་པོ་དང་། མདོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ངེས་པའི་  
 རྟགས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སོ་སོའི་སྦྱོ་པོ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་  
 སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱི་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཅོས་པ་དང་། གཏན་དུ་  
 པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བསྟན་པར་འདོད་པས།

སྦྱོ་མོ་འདི་ཀྱན་བདེ་བ་མདོན་འདོད་ཅིང་། །

མི་ནམས་བདེ་བ་འདྲ་ལོངས་སྦྱོད་མེད་མིན་ལ། །

ལོངས་སྦྱོད་ཀྱང་ནི་སྦྱིན་ལས་འབྱུང་མཁྱེན་ནས། །

ཐུབ་པས་དང་པོར་སྦྱིན་པའི་གཏན་མཛད་དོ། །༡༠

ཞེས་བྱ་བ་སྦྱོན་པ་ལ། བཀའ་སྤྱོད་པ་དང་། སྦྱོམ་པ་དང་། བྱང་དང་།  
 གྲང་བ་ལ་སོགས་པའི་གཉེན་པོ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཅོས་པ་ཅམ་སྤྱིད་  
 པའི་བདེ་བ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་འཆིང་བ་ཕྱིན་ཅི་ལྟག་ཅམ་གྱིས་བདག་  
 ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་ཏན་ཉེ་བར་བརྟགས་པས། ཉེ་བར་འཆོ་བ་བསལ་བ་བདེ་  
 བའི་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཏུ་ཆེས་མདོན་  
 པར་ཞེན་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་བདེ་བ་མདོན་པར་འདོད་པ་དེའི་བདེ་བ་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཅོས་པ་ཅམ་གྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི།  
 མདོན་པར་འདོད་པའི་ཡུལ་ལོངས་སྦྱོད་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་གཉེན་པོར་  
 བྱུར་པ། ཕྱིན་ཅི་ལྟག་གི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོངས་སྦྱོད་པ་མེད་པར་སྦྱོ་  
 བར་མ་དམིགས་སོ། །སྤྱག་བསྐྱེད་ཕྱིར་བཅོས་པའི་རྒྱར་བྱུར་པའི་ཡུལ་  
 དེ་དག་ཀྱང་སྦྱིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་བསོད་ནམས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་མ་

བསགས་པ་རྣམས་ལ་མི་འབྱུང་ངོ་སྟུང་དུ་མཐོན་ནས། བཅོམ་ལྷན་  
འདས་འགོ་བ་མ་ལུས་པའི་བསམ་པའི་རང་བཞིན་མཐོན་པས་ཚུལ་  
བྲིམས་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་རྣམས་པས་ཆེས་ཐོག་མར་སྦྱོན་པའི་  
གཏམ་ཉིད་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་གཏོང་བ་པོ་དང་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་ཡང་སྦྱོན་པས་གནས་སྐབས་  
དང་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བ་སྦྱིད་པ་ལ། གནས་སྐབས་དང་། མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་  
རྒྱ་བྱིད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སྟོང་པ་པོའི་སེམས་ཅན་ཚུལ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཡིན་དུ་  
བྱིན་ཀྱང་། རང་གི་བྱ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པས་སྦྱོན་པའི་བདག་  
ཉིད་ཆེན་པོ་བཟོད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

སྟོང་རྗེ་དམན་ཞིང་གིན་དུ་རྒྱུར་སེམས་ཅན། །

རང་དོན་ལྟར་ལེན་ཉིད་དུ་གྱུར་བ་གང་། །

དེ་དག་གི་ཡང་འདོད་པའི་ལོངས་སྟོན་རྣམས། །

རྒྱག་བསྐལ་ཉེར་ཞིའི་རྒྱར་གྱུར་སྦྱོན་ལས་བྱུང་། ། ༡༡

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གང་དག་ཆོང་པ་བཞིན་དུ་ནོར་ཆེས་ཉུང་དུ་  
བཏང་བ་ལས་འབྲས་སུ་ནོར་གྱི་ཕུང་པོ་ཆེས་ཡངས་པ་འདོད་པ་དོན་  
དུ་གཉེར་བ་བས་ཀྱང་ལྷག་པར་དོན་དུ་གཉེར་བར་གྱུར་ཅིང་སྦྱོན་  
པར་འདོད་པར་གུས་གྱི། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྐྱེས་རྣམས་ལྟར་  
སྟོང་རྗེའི་གཞན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱོན་པའི་འབྲས་སུ་དོན་དུ་མི་གཉེར་  
བ་ཁོ་ནར་སྦྱོན་པར་འདོད་པའི་དགའ་སྟོན་མདོན་པར་འཕེལ་བར་



མི་བྱེད་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་། སྦྱོན་པའི་སྦྱོན་འཛིན་པ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་  
སྦྱོགས་པ་ཡོན་ཏན་ཙམ་འཛིན་པ་ལ་གཡེར་བག་ཐོབ་པ་དེས། ལོངས་  
སྦྱོད་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་སྒོ་ནས་ལྷས་ཀྱི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་  
ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་བཀྲེས་པ་དང་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པ་འཛོམས་པར་  
བྱེད་པས་སྤྲུག་བསྐྲུལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་རྒྱར་འབྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་མཐར་ཐུག་གི་བདེ་བའི་རྒྱ་བྱེད་པ་ནི།

གང་ཞིག་སྒྲིང་རྗེ་དང་བྲལ་བས་རང་གི་སྤྲུག་བསྐྲུལ་སྦྱིར་བཙོས་  
པ་ལ་སྦྱོས་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྦྱོན་པར་འདོད་པར་གྲུས་པ་འདི་ཡང་།

འདི་ཡང་སྦྱོན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ནམ་ཞིག་ཆེ། །

འཕགས་པའི་སྦྱེ་བོ་དང་ཕྱད་ཕྱུར་དུ་འཛོལ། །

དེ་ནས་སྤྱིད་རྒྱན་ཡང་དག་བཅད་བྱས་ཏེ། །

དེ་ཡི་རྒྱ་ཅན་ཞི་བར་འགྲོ་བར་འབྱུར། ། ༡༢

ཞེས་བྱ་བ་སྦྱོས་སོ། །སྦྱོན་བདག་གཏོང་བ་པོའི་ཐད་དུ་དམ་པ་  
དག་གིས་བསྐྱོད་པ་ཡོན་ཏན་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྦྱིར། སྦྱོན་པ་ལ་ལྷག་  
པར་མོས་པ་ནི། སྦྱོན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་འཕགས་པའི་སྦྱེ་བོ་དང་ཕྱད་  
པས་དེས་ཉེ་བར་བསྐྱན་པ་ལས་འཁོར་བ་ལ་ཡོན་ཏན་མེད་པར་  
རིག་ཅིང་། འཕགས་པའི་ལམ་ངྲི་མ་མེད་པ་མངོན་དུ་བྱས་པས་སྤྲུག་  
བསྐྲུལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་མ་རིག་པ་སྤངས་ནས། འཁོར་བའི་རྒྱན་སྦྱེ་བ་  
དང་། འཆི་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་  
ནས་འབྲུག་པ་དོར་ཏེ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པས་

ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་ན་རེ་ཞིག་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིན་པ་ལཁོར་བ་དང་ཐུང་ན་  
ལས་འདས་པའི་བདེ་བ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་ཐུར་དུ་བདེ་བ་བསྐྱེད་པ་ནི།

འགྲོ་ལ་ལན་ལར་དམ་བཅས་ཡིད་ཅན་རྣམས། །

སྦྱིན་པས་རིད་པོར་མི་ཐོགས་དགའ་བ་ཐོབ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་ནི་སྦྱིན་པ་དང་རུས་  
མཉམ་དུ་རི་སྐད་བཤད་པའི་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ངེས་པར་ཡོངས་  
སྦྱོང་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་དེ་རྣམས་ནི་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་མངོན་  
སུམ་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་སྦྱིན་པ་ལ་མི་འཇུག་པ་ཡང་སྤྱིད་ན།  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་སྦྱིན་པ་དང་རུས་མཉམ་པ་ཁོ་ནར་  
དོན་དུ་གཉེར་བའི་ཡང་ཡོངས་སུ་ཆོམས་པར་བྱས་པ་ལས། མངོན་  
པར་འདོད་པའི་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་མཆོག་དུ་  
དགའ་བ་འཆང་ཞིང་། དེ་ཉིད་དུ་སྦྱིན་པའི་འབྲས་བུ་ཉེ་བར་ཡོངས་  
སྦྱོང་དོ། །དེའི་སྤྱིར་རུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོ་སྦྱིན་པ་ལ་དགའ་བར་  
འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་དེ་དག་གི་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས།

གང་སྤྱིར་བཆེ་བདག་བཆེ་བདག་མ་ཡིན་པ། །

ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པའི་རྒྱ་

སྒྱིན་པ་ཡིན་པ།

དེ་ཕྱིར་སྒྱིན་པའི་གཏམ་ཉིད་གཙོ་བོ་ཡིན། ༥༡

ལྷ་པ་རྒྱལ་སྤྱོད་བདེ་བ་བསྐྱེད་ཚུལ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ། དངོས་དང་། རྟུག་  
བསྐྱེད་འབྱུང་ཡང་གཞན་དོན་འཕེལ་བའི་རྒྱར་འབྱུར་བ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

གང་ལས་དེ་རྣམས་རུས་རྟག་ཏུ་སྒྱིན་པ་ལ་གྲུས་པར་འབྱུར་བ།  
དོན་རུ་གཉེར་བ་རྣམས་ལོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་རྣམ་པར་འགོད་པའི་སྒྲོ་  
ནས་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་པ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
དགའ་བའི་ཁྱད་པར་སྒྱེ་བ་ཀོ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅི་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

དེ་ལྟར་བྱིན་ཅིག་ཅིས་སྒྲོ་སྒྲོས་བསམས་ལས། །

རྒྱལ་སྤྱོད་བདེ་འབྱུང་དེ་ལྟར་བྱུང་རྣམས་ལ། །

ཞི་བར་བྱགས་པས་བདེ་བ་བྱིན་མིན་ན། །

ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ༥༢

རེ་ཞིག་དོན་རུ་གཉེར་བ་རྣམས་ཀྱིས་བྱིན་ཅིག་ཅིས་བྱ་བའི་སྒྲོ་  
སྒྲོས་པ་ཉིད་སེམས་པར་བྱེད་པ་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
འདི་དག་ནི་བདག་ལ་སྤྱོད་བ་ཞིག་གོ་སྟམ་རུ་རྟོགས་ནས་ཡང་ནས་  
ཡང་རུ་བདེ་བ་འབྱུང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེ་ཟུང་ན་ལས་འདས་  
པའི་བདེ་བ་བས་ཀྱང་ལུལ་རུ་བྱུང་བ་དང་བཅས་པ་ཡིན་ན། བྱི་དང་  
ནང་གི་དངོས་པོ་བཏང་བས། དོན་རུ་གཉེར་བའི་སྒྱེ་བོ་ཆེས་པར་  
བྱེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།

གཉིས་པ་རྟུག་བསྐྱེད་འབྱུང་ཡང་གཞན་དོན་འཕེལ་བའི་རྒྱར་འབྱུར་བ་ནི།

ཡང་ཅི་གང་ལས་དེ་སྐད་བཟོད་པ་ཕྱི་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་  
གཏོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་  
ཡང་མི་འབྱུང་ངམ་ཞེན། བཤད་པ། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་  
ནི་སེམས་མེད་པ་རྣམས་བཅད་པ་ལྟར་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་བ་  
མི་སྲིད་པ་ཉིད་དེ། འཕགས་པ་ནམ་མཁའ་མཛོད་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
ལས། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། ཤིང་སྤྱ་ལ་ཆེན་པོའི་ཚལ་ཞིག་ཡོད་ལ།  
དེར་འགའ་ཞིག་འོངས་ནས་སྤྱ་ལ་གཅིག་བཅད་པ་ན། དེར་ཤིང་སྤྱ་  
ལ་ལྟག་མ་དེ་རྣམས་འདི་སྟམ་དུ་འདི་ནི་བཅད་པའོ། །བདག་ཅག་ནི་  
མ་བཅད་པའོ་སྟམ་དུ་མི་སེམས་ཤིང་། དེ་དག་ལ་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་  
དང་ཁོང་ཁྱོད་བཅད་དོ། །ཉག་པ་དང་། རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་དོ། །  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བཟོད་པ་དེ་ལྟ་བུ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་བཟོད་  
པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་མཆོག་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
རི་སྐད་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་བ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལ་ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་མེད། །  
ཡིད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ནི་སྟོང་རྗེས་འཇིག་རྟེན་སྤྱག་ །དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཡུན་རིང་གནས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་ཆགས་པ་མེད་པའི་གནས་སྐབས་མ་ཐོབ་པ་གང་ཞིག་ལ་  
ལུས་གནས་པ་དང་འགལ་བའི་ཡུལ་ཡང་དག་པར་བབས་པས་ལུས་  
ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་གདོན་མི་བར་འབྱུང་བ་དེའི་ཆེ་དེ་ཡང་སེམས་ཅན་  
ཀྱི་དོན་བྱ་བ་དག་ལ་ཆེས་ལྟག་པར་འཇུག་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་གནས་པ་

ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་ནི།

ལྷན་བཅད་ཉིད་ཞིང་བདག་གི་རྒྱལ་བསྐལ་གྱིས། །

གཞན་དག་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི། །

རྒྱལ་བསྐལ་རང་རིག་ཉིད་ཏུ་མཛོང་ནས་དེ། །

དེ་གཅད་བྱ་བྱིར་བྱུར་ཏུ་བཙོན་འགྲུས་ཚུམ། །༡༥

ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རྒྱལ་བསྐལ་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། ཏུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་དང་། གཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བ་མི་བཟད་པར་ཆུད་པ་བར་མཆོམས་མེད་པར་རྒྱལ་བསྐལ་ཆེས་དྲག་པས་ལྷན་འཛོམས་པ་རང་གི་ལྷན་གཅོད་པའི་རྒྱལ་བསྐལ་བས་སྟོང་འགྱུར་བས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པར་འཕེལ་བའི་རྒྱལ་བསྐལ་བསྐྱར་ཏུ་མེད་པ་དང་ལྷན་པ་དག་ལ་རང་གི་རྒྱལ་བསྐལ་སྟོང་བ་ཉིད་ཏུ་ལྷ་བ་ན་རང་གི་ལྷན་གཅོད་པའི་རྒྱལ་བསྐལ་ལ། ཕྱིས་མེད་པར་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་བསྐལ་གཅོད་པར་བྱ་བའི་བྱིར་ཆེས་བྱུར་ཏུ་བཙོན་འགྲུས་ཚུམ་མོ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་ཀྱི་སྐྱིན་པའི་བྱང་པར་བསྟན་པ་ལ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་དང་། མ་འདས་པའི་སྐྱིན་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

རི་སྐད་བཤད་པའི་སྐྱིན་པ་ལ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བསྟན་པའི་བྱིར།

སྐྱིན་པ་སྐྱིན་བྱ་ལེན་པོ་གཏོང་པོས་སྟོང་། །

འཇིག་རྟེན་འདས་པའི་ཕ་རོལ་ཕྱིན་ཅེས་བྲ། །

ཞེས་བྲ་བ་སྒྲིམ་ཏེ། དེ་ལ་ཕ་རོལ་ཞེས་བྲ་བ་ནི་གང་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
མཚོའི་ཕར་འགྲམ་དང་རོགས་ཏེ། ཉེན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བ་  
པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་རང་བཞིན་མངའ་བའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་  
དོ། །ཕ་རོལ་རྒྱ་སྤོང་པ་ནི་ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པའོ་ཞེས་བྲ་སྟེ། ཚིག་ཕྱི་མ་  
ཡོད་ན་མི་མངོན་པར་མི་བྱའོ་ཞེས་བྲ་བའི་མཚན་ཉིད་འདིས་ལས་  
ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་མི་མངོན་པར་མ་བྱས་པས་གཟུགས་སུ་འགྱུར་  
བའམ། བྲེ་ཁོ་ད་ར་ལ་སོགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཕྱི་མའི་མཐའ་ཅན་  
ཉིད་རྒྱ་གཞག་གོ། །ཤེས་རབ་བཟུང་ནས་བྱེ་བྲག་རྒྱ་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ།  
སྤྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་དང་འདྲ་བས་ཕ་  
རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཡོངས་སུ་བསྟོར་བའི་བྲད་པར་གྱིས་ཕ་རོལ་  
རྒྱ་འགོ་བ་ལ་ངེས་པར་བཞག་ནས་ནི་སྤྱིན་པས་ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པའི་  
མིང་རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །ཚུལ་ཁྲིམས་ལ་སོགས་པ་འཆད་པར་འགྱུར་  
བ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྒྱ་རིག་པར་བྱའོ། །ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་ཞེས་བྲ་  
བའི་སྤྱིན་པ་འདི་ཡང་སྤྱིན་པར་བྲ་བ་དང་། ལེན་པ་པོ་དང་། སྤྱིན་པ་  
པོར་དམིགས་པ་བྲ་བ་དང་བྲལ་བར་གྱུར་ན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་  
པའི་ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཅོམ་ལུན་འདས་མ་ཤེས་རབ་  
ཀྱི་ཕ་རོལ་རྒྱ་ཕྱིན་པ་ལས་གསུངས་ཏེ། མི་དམིགས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་  
ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་ལ། དམིགས་པ་ནི་ཐ་སྙད་ཀྱི་བདེན་པས་བསྐྱུས་  
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་པ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་བྲད་ཆུབ་

སེམས་དཔའི་གནས་སྐབས་མ་སྟོབ་པ་དག་གིས་ཤེས་པར་མི་རུས་སོ། །

གཉིས་པ་མ་འདས་པའི་སྦྱོར་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

གསུམ་པོ་དག་ལ་ཆགས་སྦྱོར་གྱུར་པས་དེ། །

འདི་གཉིས་པ་ཡི་པ་རོལ་བྱིན་ཅེས་བསྟན། །༡༥

སྦྱོར་པ་དེ་ཉིད་གསུམ་རུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་འདི་གཉིས་པའི་པ་  
རོལ་རུ་བྱིན་པ་ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་དོ། །

གསུམ་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་མཐུག་བསྟེན་བ་ནི།

ད་ནི་ངི་སྐད་བརྗོད་པའི་ས་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པའི་བྱང་པར་གྱི་སྤུལ་  
རུ་བྱང་བའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པའི་བྱིར།

དེ་ལྟར་རྒྱལ་བའི་སྤུལ་གྱི་ཡིད་ལ་རབ་གནས་གིང་། །

དམ་བའི་ཉེན་ལ་འོད་ཆགས་མཛེས་པ་རྟེན་གྱུར་བའི། །

དགའ་བ་འདི་ནི་ཁོར་བྱ་རྒྱ་ཆུ་ཤེལ་ངེ་བཞིན་བྱ། །

རྒྱན་པ་སྦྱག་པོ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་བསལ་ནས་རྒྱལ། །༡༦

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་སོ། །དེ་ལྟར་གྱི་སྦྱ་ནི་ངི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་པ་  
བསྟན་པར་བྱ་བའི་བྱིར་རོ། །དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སའི་མིང་ཡང་  
དག་པར་སྟོགས་པའོ། །རྒྱལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་པམ་  
པར་བྱས་ནས་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ནི་ཤེས་པའི་རང་  
བཞིན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱལ་བའི་སྤུལ་གྱི་ཡིད་ལ་གནས་པའི་བྱིར་  
མཐོན་པོར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ས་རབ་རུ་དགའ་བ་ནི་ངི་སྐད་བཤད་

པའི་ཚུལ་གྱིས་ཐུན་པ་སྤྲུག་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནམ་པར་བསལ་ཏེ་  
 རྒྱལ་བར་འབྱུང་རོ། །ཇི་སྐད་བཤད་པའི་དོན་ཉིད་དཔེས་གསལ་ངར་  
 བྱ་བའི་ཕྱིར་སྤྲས་པ་ནི། རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེལ་ཇི་བཞིན་དུ་ཞེས་བྱ་བའོ། །

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས། རབ་དུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་  
 བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 པ་དང་པོ་བཤད་ཅིན་ཏོ། ། ॥



གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་བཤད་པ་ལ། ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པའི་སྒོ་ནས་དོ་  
བོ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། ཞར་ལ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྟན་པ་བཤད་པ་དང་། སའི་  
ངེས་ཚིག་དང་རྣམ་སྒྲིག་དང་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཚུག་བསྟུ་བ་གསུམ། དང་པོ་ལ་  
དངོས་དང་། ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་གཉིས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།

དེ་རྒྱལ་བྱུང་ཚེ་གས་ཡོན་ཏན་དག་ལྟན་བྱིར། །

རྣམ་ལུ་ཡང་འཆལ་བྲིམས་དྲི་མ་སྤངས། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ། ས་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པའི་བྱད་པར་ཐམས་ཅད་  
ནི་རང་བཞིན་གཅིག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། དེ་མེད་ན་མི་འབྱུང་བའི་ཡོན་  
ཏན་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་སོགས་པ་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་  
ཉིད་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་སྟོན་པར་  
བྱེད་དོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་དུ་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྲིག་  
པ་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་སེམས་ཡིད་ལ་གཅགས་པའི་མེ་ཞི་བས་བསིལ་  
བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རམ། བདེ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་དམ་པ་དག་  
གིས་བསྟེན་པར་བྱ་བ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན་ཚུལ་བྲིམས་ཏེ་དེ་ཡང་སྤྲོད་བ་  
བདུན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །ཆོས་གསུམ་པོ་མ་ཆགས་པ་དང་། ཞེ་  
སྤང་མེད་པ་དང་། ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ནི་དེ་དག་ཀྱན་ནས་སྤྲོད་  
བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཀྱན་ནས་སྤྲོད་བར་བྱེད་པ་དང་བཅས་  
པའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་ལས་ཀྱི་ལམ་བཅུར་རྣམ་པར་  
བཤད་དོ། །

ཚུལ་བྱིམས་སུན་སུམ་ཚོགས་པ་ནི་ཚུལ་བྱིམས་རབ་དུ་གྱུར་པའོ། །  
 ཡོན་ཏན་རྣམ་པར་དག་པ་ནི་ཡོན་ཏན་དག་པ་སྟེ། ཚུལ་བྱིམས་སུན་  
 སུ་ཚོགས་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཞེས་བྱ་བར་ཚོག་རྣམ་པར་སྒྱུར་རོ། །  
 རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཚུལ་བྱིམས་ཉིད་  
 བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་ནི་མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་ཡང་ཚུལ་བྱིམས་  
 འཆལ་བའི་དྲི་མ་དག་གིས་མི་གོས་པའོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་པ་དག་ཚུལ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། མི་དགེ་བ་སྤངས་  
 པས་དག་ཚུལ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚུལ་བྱིམས་རྣམ་པར་དག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ། མི་  
 དགེ་བ་བརྟུ་སྤངས་པས་དག་ཚུལ་དང་། ས་དང་པོ་བས་དག་ཚུལ་དང་། དཔེའི་སྒོ་  
 བས་དག་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

ཡང་ངེ་ལྟར་ན་དེ་དེ་ལྟར་ཚུལ་བྱིམས་སུན་སུམ་ཚོགས་པས་ཡོན་  
 ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་གཉིས་པ་ལ་རབ་དུ་གནས་པ་འདི་ནི།

ལྷན་དག་ཡིད་ཀྱི་རྒྱ་བ་དག་གྱུར་ལས། །

དམ་པའི་ལས་ལམ་བརྟུ་ཆར་སོགས་ལར་བྱེད། །

ངེ་སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་གཉིས་པ་ལས། གྱི་རྒྱལ་བའི་  
 སྤྲུལ་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དྲི་མ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོག་གཙོད་པ་སྤངས་པ་ཡིན་  
 ཏི། དབྱིག་པ་སྤངས། མཚོན་ཆ་སྤངས། འཁོན་དུ་འཛིན་པ་སྤངས་ནས།

འཛེམ་པ་དང་ལྡན་ཞིང་སྤྱིར་རྗེ་ལ་ཞུགས་པས། དེ་སློག་ཆགས་འབྱུང་  
 བོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱིར་བཏུ་བ་དང་།  
 བྱམས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་ཏེ། དེ་ཀྱན་ཏུ་རྟོགས་པ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་།  
 སློག་ཆགས་ལ་རྣམ་པར་འཆོ་བར་མི་བྱེད་ན། སེམས་ཅན་གཞན་  
 ལ་སེམས་ཅན་ཏུ་འདུ་ཤེས་ཤིང་ཆེད་ཏུ་བསམས་ཏེ། ལྷུས་གྱི་མཐོ་  
 འཛམས་པ་ཆེན་པོ་བྱ་བ་ལྟ་ཅི་སྟོས།

མ་བྱིན་པར་ལེན་པ་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། བདག་གི་ལོངས་སྤྱོད་  
 གྱིས་ཆོག་ཤེས་ཤིང་སྤྱིར་བཏུ་བ་དང་ལྡན་ཏེ། གཞན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་  
 ལ་བག་བྱེད་པས་དེ་གཞན་གྱིས་ལོངས་སུ་བབྱུང་བའི་དངོས་པོ་དག་  
 ལ་གཞན་གྱིས་བབྱུང་བར་འདུ་ཤེས་ཤིང་། རྒྱ་སེམས་ཉེ་བར་བཞག་  
 ཉེ་ཐ་ན་རྩ་དང་ལོ་མ་ཡང་མ་བྱིན་པར་མི་ལེན་ན། འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་  
 གཞན་དག་ལྟ་ཅི་སྟོས།

འདོད་པ་ལ་ལོག་པར་གཡེམ་པ་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། བདག་གི་  
 རྒྱུང་མས་ཆོག་ཤེས་ཤིང་། གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་ལ་འདོད་པ་མེད་པས། དེ་  
 གཞན་གྱིས་བབྱུང་བའི་བྱད་མེད་གཞན་གྱི་རྒྱུང་མ་དང་། རུས་དང་།  
 མཚན་དང་། ཆོས་གྱིས་བསྐྱུངས་པ་རྣམས་ལ་ཆགས་སེམས་ཀྱང་མི་  
 བསྐྱེད་ན། ཡན་ལག་མ་ཡིན་པའི་རྣམ་པར་རིག་བྱེད་དམ། གཉིས་གྱི་  
 དབང་པོ་གཉིས་སྟོང་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས།

བརྟུན་ཏུ་སྤྱོད་པ་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། བདེན་པར་སྤྱོད་ཞིང་ཡང་  
 དག་པར་སྤྱོད་ལ། རུས་སུ་སྤྱོད་ཉེ། ཇི་སྐད་སྤྱོད་པ་དེ་བཞིན་བྱེད་པའོ། །དེ་

ཐ་ན་མི་ལམ་ན་ཡང་ལྟ་བ་དང་བཟོད་པ་དང་འདོད་པ་དང་རབ་རྟུ་  
རྟོག་པ་བསྐྱར་རྟེ། བསྐྱར་བའི་བསམ་པས་བརྟུན་གྱི་ཆོག་མི་སྤྲོ་ན། ཆེད་  
རྟུ་བསམས་རྟེ་སྤྲོ་བ་ལྟ་ཅི་སྤྲོས།

ཕྱ་མའི་ཆོག་སྤངས་པ་ཡིན་རྟེ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་དབྱེན་མི་  
བྱེད་ཅིང་། རྣམ་པར་མི་འཆོ་བ་ལ་ཞུགས་པས། དེས་དེ་དག་དབྱེ་བའི་  
ཕྱིར་ཚུ་གི་ལས་ཐོས་ནས་པ་གིར་སྟོད་པ་མ་ཡིན་རྟེ། དེ་དག་དབྱེ་  
བའི་ཕྱིར་པ་གི་ལས་ཐོས་ནས་ཚུ་གིར་སྟོད་པ་མ་ཡིན་རྟེ། འདུམ་པ་  
རྣམས་མི་འབྱེད་ཅིང་། བྱེ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་མི་གཞོན་རྟེ། མི་འདུམ་པ་  
ལ་དགའ་ཞིང་མི་འདུམ་པ་མོས་པ་མ་ཡིན་པས། བདེན་ནམ་བརྟུན་  
ཡང་མི་འདུམ་པར་བྱ་བའི་ཆོག་མི་སྤྲོ།

ཆོག་རྩལ་མོ་སྤངས་པ་ཡིན་རྟེ། ཞེར་འདེབས་པ་དང་། བརྟུང་བ་  
དང་། གཞན་ལ་གཞོད་པ་དང་། གཞན་གྱི་མཆོང་འབྱུ་བ་དང་། གྲོང་  
མིའི་ཆོག་དང་། མ་རབས་གྱི་ཆོག་ངོར་བརྗོད་པ་དང་། ངོར་བརྗོད་  
པར་གཞོལ་བ་དང་། བརྟུན་དང་རྣམ་མི་སྟན་པ་དང་། ཁྱོ་ཞིང་གཤེ་  
བ་ལས་བྱུང་བ་དང་། མི་སྟན་པ་དང་། ཡིད་རྟུ་མི་འོང་བས་སྟོང་ན་  
བར་བྱེད་པ་དང་། ཡིད་གཏུང་བར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་སེམས་གྱི་  
རྟུང་དང་། གཞན་གྱི་སེམས་གྱི་རྟུང་མ་རུངས་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་  
རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་སྤངས་རྟེ། གང་འདི་མཉེན་པ་དང་། འཇམ་པ་དང་།  
ཡིད་རྟུ་འོང་བ་དང་། བརྟུན་རྟུ་མ་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་སྟན་པ་དང་།  
སྟོང་རྟུ་སྟུག་པ་དང་། གྲོང་བྱིར་བ་དང་། རྒྱེ་བོ་མང་པོའི་སྟོང་རྟུ་སྟུག་

པ་དང་། རྒྱུ་བོ་མང་པོའི་ཡིད་རུ་འོང་བ་དང་། ཡིད་དགའ་བར་བྱེད་  
པ་དང་། ཡིད་ཆོས་པར་བྱེད་པ་དང་། རང་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་།  
གཞན་གྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་དང་བར་བྱེད་པའི་ཆོག་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
དག་བརྗོད་དོ།

ཆོག་འབྲུལ་པ་སྤངས་པ་ཡིན་ཏེ། ལན་ལེགས་པར་སྒྲོན་པའི་ཆོག་  
དང་། རུས་སུ་སྤྲོ་བ་དང་། ཡང་དག་པར་སྤྲོ་བ་དང་། རྟོན་སྤྲོ་བ་དང་།  
ཆོས་སྤྲོ་བ་དང་། རིགས་པར་སྤྲོ་བ་དང་། རུལ་བར་སྤྲོ་བ་དང་། བཟོད་  
པ་དང་ལྡན་པ་དང་། རུས་དང་ཆེད་དང་བཅས་པའི་ཆོག་སྤྲོ་བ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་ཐ་ན་བཞད་གད་རུ་བྱ་བའི་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡང་  
ཡོངས་སུ་སྤྲོད་ན། ཆོག་གིས་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས།

བརྒྱུ་བ་སེམས་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེ་གཞན་གྱི་ཚོར་དང་། གཞན་  
གྱི་འདོད་པ་དང་། གཞན་གྱི་རྣམས་དང་། ཡོ་བྱད་གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་  
བཟུང་བ་ལ། བརྒྱུ་བ་སེམས་མི་བསྐྱེད་ལ། ཆགས་པར་མི་བྱེད་ལ། མི་  
སྒྲོན་ཏེ། ཆགས་པའི་སེམས་མི་བསྐྱེད་དོ།

གཞོད་སེམས་མེད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་  
བྱམས་པའི་སེམས་དང་ཕན་པའི་སེམས་དང་། རྟིང་རྟེན་སེམས་དང་།  
བདེ་བའི་སེམས་དང་། འཇམ་པའི་སེམས་དང་། རྒྱུ་བོ་ཐམས་ཅད་  
ཕན་གདགས་པའི་སེམས་དང་ལྡན་པས་ཁོང་ཁྱོད་བ་དང་། འཁོན་རུ་  
འཛིན་པ་དང་། ཐ་བ་དང་། སྤྱི་མ་དང་། གཞོད་སེམས་དང་། ཁོང་ཁྱོད་  
དང་སྒྲོན་རུ་འགྲོ་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་སྤངས་ཏེ། བྱམས་པ་

དང་ལྷན་པ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཉོག་པ་ཡིན་ནོ། །

ལོག་པར་ལྷ་བ་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། ཡང་དག་པར་ལྷ་བར་  
 གྱུར་ལ་ཡང་དག་པའི་ལམ་ལ་གནས་ཤིང་། དགེ་མཚན་དང་བཀྲ་  
 ཤིས་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་དང་། ཚུལ་བྱིས་པ་ལ་ལྷ་བ་ཅན་དང་  
 བྲལ་བ་ཡིན་ཏེ། ལྷ་བ་བྱང་ཞིང་གཡོ་མེད་ལ་སྐྱུ་མེད་པས། སངས་  
 རྒྱུ་དང་། ཚོས་དང་དགེ་འདུན་ལ་བསམ་པ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྷ་བུའོ། །

དེ་ལ་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་ལམ་དང་ཕོ་གསུམ་ནི་ལུས་ཀྱིས་རྫོགས་  
 པར་བྱེད་དོ། །བར་ཀྱི་བཞི་ནི་ངག་གིས་སོ། །ཐ་མ་གསུམ་ནི་ཡིད་ཀྱིས་  
 སོ། །དེ་ལྟར་ན་དགེ་བའི་ལས་ལམ་བརྩ་ཆར་ཡང་སོག་པར་བྱེད་པ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ས་དང་ཕོ་བས་དག་ཚུལ་ནི།

ཡང་ཅི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་རྣམས་སེམས་དང་ཕོ་བསྐྱེད་པའི་  
 བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔས་མི་སོག་གམ་ཞེ་ན། དེས་ཀྱང་སོག་མོད་ཀྱི་  
 འོན་ཀྱང་།

དགེ་བའི་ལམ་འདི་ལྷ་ཞིག་བརྩ་ཆར་ཡང་། །

དེ་ལ་ལྷགས་ཏེ་ཞིན་ཏུ་དག་པར་འགྱུར། །

དེ་ལྟར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སེམས་དང་ཕོ་བསྐྱེད་པ་ལ་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དཔའི་སྒོ་ནས་དག་ཚུལ་ནི།

སྟོན་ཀའི་ཟླ་ལྷན་ཉག་ཏུ་ནམ་དག་སྟེ། །

ཞི་འོད་ཆགས་པར་དེ་དག་གིས་ནམ་མཁའི་ས། །༡

ཞི་བ་ནི་དབང་པོ་བསྐྱམས་པའོ། །འོད་ཆགས་པ་ནི་ལྷ་མ་མེར་  
གསལ་བའི་ལྷས་ཅན་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཚུལ་བྱིས་ནམ་པར་དག་ཚུལ་ལ། དངོས་པོར་ལྷ་ན་  
ཚུལ་བྱིས་མ་དག་པ། རྒྱལ་སྤྱི་ཀྱི་ཚུལ་བྱིས་དངོས་འཛིན་དང་བྲལ་བར་བསྟན་  
པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལྷར་ཚུལ་བྱིས་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཡིན་ཡང་། །

གལ་ཏེ་དེ་ནི་བྱིས་པ་དག་རང་བཞིན་སྟེ། །

དེ་བྱུར་དེ་ནི་ཚུལ་བྱིས་པ་དག་མི་འབྱུར། །

ཇི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བཅེགས་པའི་མདོ་ལས།  
འོད་སྤངས། འདི་ལ་དག་སྟོང་ཁ་ཅིག་ཚུལ་བྱིས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་  
ཏེ། སོ་སོར་ཐར་པའི་སྟོན་པས་བསྐྱམས་ཤིང་གནས། ཆོ་ག་དང་སྦྱོང་  
ལུལ་སྟན་སུམ་ཆོགས་པ། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་སྤྲ་རབ་ནམས་ལ་ཡང་འཇིག་  
པར་ལྷ་བ། ཡང་དག་པར་སྤངས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་གཞི་ནམས་ལ་སྟོབ་  
ཅིང་ལྷས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་ལྷན་  
པར་བྱུར་པས་འཆོ་བ་ཡོངས་སུ་དག་ཀྱང་བདག་ཏུ་སྤྲ་བ་ཡིན་ཏེ།  
འོད་སྤངས། དེ་ནི་ཚུལ་བྱིས་པ་འཆལ་པ། ཚུལ་བྱིས་དང་ལྷན་པ་  
ལྷར་བཅོས་པ་དང་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། འོད་སྤངས། གཞན་ཡང་འདི་  
ལ་དག་སྟོང་ཁ་ཅིག་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་གཉིས་ཡང་དག་པར་

སྒངས་ཀྱང་། དམིགས་པར་ལྟ་བ་ཡིན་ཏེ། ངར་འཛིན་པ་དང་ང་ཡིར་  
འཛིན་པ་ལ་གནས་པ་དེ་ནི། འོད་སྤངས། ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་བ་ཚུལ་  
བྱིམས་དང་ལྟན་པ་ལྟར་བཅས་པ་བཞི་པ་སྟེ། ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་  
གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་དངོས་འཛིན་དང་བྲལ་བར་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟག་ཏུ་གསུམ་ཆར་ལའང་། །

གཉིས་སྒྲོའི་རྒྱ་བ་ཡང་དག་བྲལ་བར་འགྱུར། །༡

སེམས་ཅན་གང་དག་ལ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་དང་གང་ཞིག་བྱེད་པ་  
དང་གང་གིས་བྱེད་པ་དེ་སྤྱོད་ཅན་ལའང་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་  
མེད་པ་ལ་སོགས་པ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་དང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བཤད་པ་ལ། སྤྱིར་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་  
བསྐྱེད་པ་དང་། བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་དབྱེ་བསྟན་པ་ལོ། །དང་པོ་ལ། ཚུལ་བྱིམས་  
འཆལ་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་། ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་གཉིས། །དང་པོ་ལ།  
སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་མི་རྣམས་པ་དང་། ངན་སོང་ལས་མི་ཐར་བའི་སྤྱིན་ནོ། །དང་པོ་ལ།  
ངན་སོང་དུ་ལྷུང་བ་དང་། སྤྱིན་པའི་འབྲས་བུ་མི་རྣམས་པ་དངོས་སོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཚུལ་བྱིམས་སྤྱན་  
སྤྱོད་ཆོགས་པ་དང་ལྟན་པར་བརྗོད་ནས། དེའི་འོག་ཏུ་སྤྱིར་དེ་ལས་  
གཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཚུལ་བྱིམས་སྤྱན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཡང་སྤྱིན་པ་ལ་  
སོགས་པ་དག་ལས་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཉིད་དང་། ཡོན་ཏན་སྤྱན་སྤྱོད་



ཚྲིགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་ཉིད་རུ་གྱུར་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

སྐྱེན་པས་ཡོངས་སྟོང་དག་གི་འགྲོ་བན་ནའང་། །

སྐྱེ་བོ་ཚུལ་བྱིམས་རྒྱུ་ལ་ཉམས་ལ་འབྱུང་། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། སྐྱེན་པ་གང་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེན་བདག་ཚུལ་བྱིམས་  
དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་དེ་ལ། ལྟ་དང་མི་དག་གི་ནང་རུ་བྱུང་པར་རུ་  
འཕགས་པའི་ཡོངས་སྟོང་ཕུན་སུམ་ཚྲིགས་པ་འབྱུང་བ་དེ་ཉིད་ཚུལ་  
བྱིམས་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་དང་བྱལ་བ་ལས་ངན་འགྲོའི་འགྲོ་བར་ལྷུང་བ་ཉི་  
ཚེ་བའི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། བ་ལང་དང་། ཉ་དང་། སྤང་པ་  
ཆེ་དང་། སྤུང་དང་། སྤུ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཡི་དྲགས་རྩ་འཕྱལ་ཆེན་  
པོ་ཅན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་སུ་སྐྱེས་པ་དེ་ལ་ཡོངས་སྟོང་ཕུན་སུམ་  
ཚྲིགས་པ་སྟེ་ཚྲིགས་འབྱུང་བ་ཁོ་ནར་འབྱུར་ཏེ།

གཉིས་པ་སྐྱེན་པའི་འབྲས་སུ་མི་རྣམས་པ་དངོས་ནི།

དེའི་ཕྱིར།

བསྐྱེད་བཅས་དངོས་འདུ་ཡོངས་སུ་ཟད་པས་ན། །

སྐྱེན་ཆད་དེ་ལ་ཡོངས་སྟོང་འབྱུང་མི་འབྱུར། །

གང་ཞིག་ས་བོན་ཆེས་ཁུང་རུ་བཏབ་ནས་འབྲས་སུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་  
འབྱུང་བ་རྟེན་ཅིང་། སྤྲུལ་ཡང་འབྲས་སུ་འཛིན་ཆེད་རུ་དེ་བས་ཀྱང་ཆེས་  
མང་པོའི་ས་བོན་འདེབས་པར་བྱེད་པ་དེ་ལ་ནི་འབྲས་སུ་འཛིན་ཆྲིགས་  
ཆེན་པོ་རུས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་ཉེ་བར་འཕེལ་པས་རིམ་པ་རྣམས་པར་  
ཆད་པ་མེད་པ་ཡོང་སྟེད་ཀྱི། བྱས་པ་ཆུད་གསོན་པའི་ཚུལ་ཅན་གང་

ཞིག་སྤྱན་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤར་གྱི་ས་བོན་ཙམ་ཡང་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་  
 པ་དེ་ལ་ནི་སྤྱོད་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་དངོས་པོ་འདུ་བ་ཡང་ཟད་པའི་  
 ཕྱིར། འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་འབྲས་བུ་སྤྱན་སྤམ་ཚོགས་པ་སྤྱི་བ་ལྟ་ག་  
 ལ་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་ཚུལ་བྱིམས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་གནས་མ་ཡིན་  
 པར་ལོངས་སྤྱོད་ཉེ་བར་སྤྱོད་པ་ལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་སྤྱན་པས་སྤར་མེད་  
 པའི་འཕེན་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་དང་། སྤར་འཕངས་པ་མ་ལྷས་པ་  
 ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར་ཕྱིས་ལོངས་སྤྱོད་དག་འབྱུང་བ་མི་སྤྱོད་  
 པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ངན་སོང་ལས་མི་ཐར་བའི་སྤྱོན་ནི།

ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་རྒྱུ་པ་དང་བྲལ་བ་འདྲིའི་ལོངས་སྤྱོད་འབྱུང་བ་  
 ཚོགས་པ་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའ་བ་འགའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། ངན་  
 འགྲོར་སོང་བས་ངན་འགྲོ་ལས་ལྷང་བ་ཡང་ཤིན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀའོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

གང་ཆེ་རང་དབང་འབྱུག་ཅིང་མཐུན་གནས་པ། །

གལ་ཏེ་འདི་དག་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན། །

གཡང་སར་ལྷུང་བས་གཞན་དབང་འབྱུག་འགྱུར་བ། །

དེ་ལ་བྱིན་ས་གང་གིས་སྤོང་བར་འགྱུར། །ཕ་

ཞེས་བྱ་བ་སྤོས་ཏེ། གལ་ཏེ་འདི་འདྲིའི་ཆོ། དཔལ་བོ་མཐུན་པའི་  
 དུལ་ན་གནས་པའི་འཆིང་བ་ལས་གྲོལ་བ་ལྟར་འདོད་པས་གཞན་  
 ལ་རག་མ་ལས་པར་འབྱུག་ཅིང་། ལྟ་དང་མི་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བར་

གནས་པ་ན། བདག་ཉིད་འཛིན་པར་མི་བྱེད་ན། དཔལ་པོ་བཅིངས་  
ནས་རི་སུལ་ཆེས་ཆེན་པོར་བསྐྱར་བ་ལྟར། ངན་འགྲོར་སོང་བ་དེ་ཕྱི་  
ནས་གང་གིས་འདོན་པར་འགྱུར། དེས་ན་གཞོན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ངན་འགྲོ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དེ་ནས་གལ་  
ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེས་ན་ཡང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གཉིས་མཛོན་  
པར་སྐྱབ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལ། སྐྱེན་པའི་འོག་དུ་ཚུལ་བྲིམས་  
ཀྱི་གཏམ་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན། ཚུལ་བྲིམས་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ཀྱི་རྟེན་དུ་བསྟན་པ། སྐྱེ་  
འཕགས་ཀྱི་མཛོན་མཐོངས་ལེགས་ཀྱི་རྒྱར་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་བ་ཉེས་པའི་ཚོགས་ཤིན་  
དུ་མང་པོའི་གནས་སུ་གྱུར་པ།

དེ་ཕྱིར་རྒྱལ་བས་སྐྱེན་པའི་གཏམ་མཛད་ནས། །

ཚུལ་བྲིམས་རྗེས་འགྲོའི་གཏམ་ཉིད་མཛད་པ་ཡིན། །

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སྒྲིག་པའི་ཚོས་མཐའ་དག་པམ་པར་མཛད་པའི་  
རྒྱལ་བའི་སྐྱེན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཚུད་མི་བླ་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར། སྐྱེན་པའི་གཏམ་ཀྱི་དུས་ཀྱི་མཆུག་ཐོགས་སུ་ཚུལ་བྲིམས་གཏམ་  
ཁོ་ན་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་བྲིམས་ཡོན་ཏན་ཀྱང་ཀྱི་རྟེན་དུ་བསྟན་པ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར།

ཡོན་ཏན་རྒྱལ་བས་ཞིང་དུ་རྣམ་འཕེལ་ན། །

འབྲས་བྱ་ཉེར་སྟོད་ཆད་པ་མེད་པར་འགྱུར། །༦

ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར། རྩལ་བྱིམས་ཉིད་ཀྱི་  
ཞིང་ངོ་། །དེ་སྒྲིན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམས་ནམ་པར་འཕེལ་  
བ་ན། རྩུ་དང་འབྲས་བྱ་བརྒྱད་པ་གོང་ནས་གོང་དུ་རིམ་པ་ནམ་པར་  
མ་ཆད་པའི་སྒོ་ནས་འབྲས་བྱའི་ཚོགས་ཉེ་བར་འཕེལ་ཞིང་། དུས་རིང་  
པོར་ཉེ་བར་ལོངས་སྟུང་པར་རུས་ཀྱི། གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྟེ་འཕགས་ཀྱི་མངོན་མཐོ་ངེས་ལེགས་ཀྱི་རྒྱར་བསྟན་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་རྩལ་འདིས།

མོ་མོ་སྟེ་མོ་ནམས་དང་གསུང་སྟེ་ས་དང་། །

རང་བྱུང་རྒྱུ་ལ་བདག་ཉིད་ངེས་ནམས་དང་། །

རྒྱལ་སྐས་ནམས་ཀྱི་ངེས་པར་ལེགས་པ་དང་། །

མངོན་མཐོ་ལྟ་བུ་རྩལ་བྱིམས་ལས་གཞན་མེད། །༧

རི་སྐད་དུ། མི་དག་གི་བརྩུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་དག་བསྟེན་པ་  
དང་། མང་དུ་བྱས་པའི་ཤས་ཆེ་བས་ནི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བའི་རྒྱར་  
འགྱུར་རོ། །འབྲིང་གིས་ནི་དུད་འགྲོའི་སྟེ་གནས་ཀྱི་རྒྱར་འགྱུར་རོ། །  
རྒྱར་དུས་ནི་གཤེན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་ཀྱི་རྒྱར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་སྟོག་གཅོད་པས་ནི་སེམས་ཅན་དཔུལ་བར་བྱིད་དོ། །དུད་  
འགྲོའི་སྟེ་གནས་སུ་བྱིད་དོ། །གཤེན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་དུ་བྱིད་དོ། །དེ་  
ནས་གལ་ཉེ་མི་ནམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྟེས་ན་ཡང་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་  
གཉིས་མངོན་པར་སྟབས་སྟེ། ཆོ་བྱང་བ་དང་། ནད་མང་བར་འགྱུར་རོ། །

མ་བྱིན་པར་ལེན་པས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ནས་ལོངས་སྤྱོད་ཆུང་བ་དང་། ཐུན་མོང་གི་ལོངས་སྤྱོད་ཏུ་འགྱུར་  
 བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། འདོད་པས་ལོག་པར་གཡེམ་པས་ནི་  
 སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། འཁོར་གཡོག་བརྟན་  
 ཏུ་མི་རུང་བ་དང་། དགྲ་ཟླ་དང་བཅས་པའི་ཆུང་མར་འགྱུར་བའོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། བརྟུན་ཏུ་སྤྲོ་བས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་  
 བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། སྐར་པ་མང་བ་དང་། གཞན་གྱིས་བསྐྱུ་བར་  
 འགྱུར་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། སྤྲ་མས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་  
 བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། འཁོར་གཡོག་མི་འདུམ་པ་དང་། འཁོར་  
 གཡོག་ངན་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། ཆོག་རྩལ་མོས་ནི་  
 སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། ཡིད་ཏུ་མི་འོང་བ་  
 ཐོས་པ་དང་འཐབ་མོའི་ཆོག་ཏུ་འགྱུར་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་།  
 ཆོག་འབྲལ་པས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས།  
 གཟུང་བར་འོས་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པ་དང་། མ་ངེས་པའི་སློབས་པར་  
 འགྱུར་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། བརྟུན་སེམས་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཅན་  
 དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། འདོད་  
 པ་ཆེ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། གནོད་སེམས་ཀྱིས་ནི་  
 སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། སན་པ་མི་ཆོལ་བ་  
 དང་། གཞན་གྱིས་གནོད་པ་བྱས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་།  
 ལོག་པར་ལྟ་བས་ནི་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་བྲིད་དོ། །རུད་འགྲོའི་སྐྱེ་

གནས་སུ་བྱིད་དོ། །གཤིན་རྗེའི་འཇིག་རྟེན་ཏུ་བྱིད་དོ། །དེ་ནས་གལ་  
ཏེ་མི་རྣམས་ཀྱི་ནང་ཏུ་སྐྱེས་ན་ཡང་། རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་གཉིས་མངོན་  
པར་སྐྱབ་སྟེ། ལྷ་བ་ངན་པར་ལྷུང་བ་དང་། གཡོ་སྐྱུ་ཅན་ཏུ་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྷ་མི་དགེ་བ་བརྩུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་དག་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
སྤང་པོ་ཆེན་པོ་ཆོད་མེད་པ་སྤྱད་པར་འགྱུར་གྱིས། དགེ་བ་བརྩུའི་  
ལས་ཀྱི་ལམ་ཡང་དག་པར་སྤངས་པའི་རྒྱས་ནི་ལྷ་དང་མིར་སྐྱེ་བ་ལ་  
སྐྱེས་པ་སྤྱིད་པའི་ཆེ་མོའི་བར་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་  
གོང་ཏུ་དགེ་བ་བརྩུའི་ལས་ཀྱི་ལམ་འདི་དག་ཉི་ཆེ་བའི་སེམས་དང་།  
ཁམས་གསུམ་པས་སྤྱག་པའི་ཡིད་དང་། སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་མེད་པ་དང་།  
གཞན་ལས་ཐོས་པའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་སྟེ་སྤྱིའི་རྗེས་སུ་འབྱང་བར་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་རྣམ་པས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོམས་ན། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་ཡོངས་  
སུ་འགྱུབ་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་གོང་ཏུ་གཞན་གྱི་དྲིང་མི་འཇོག་པ་དང་།  
རང་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཆང་རྒྱ་བ་དང་། སྦྱིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་།  
ཐབས་མཁས་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱུན་ཉིད་འདི་པ་ཟབ་མོ་ཁོང་ཏུ་ཆུད་  
པས་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ན། རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་འགྱུབ་པར་  
བྱེད་དོ། །དེའི་གོང་ཏུ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཆོད་མེད་པའི་སྦྱིང་བཅེ་བ་  
དང་། སྦྱིང་རྗེ་དང་ལྷན་པ་དང་། ཐབས་ལ་མཁས་པས་བསྐྱུས་པ་  
དང་། སྦྱོན་ལམ་ཆེན་པོ་ཤིན་ཏུ་བཏབ་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཐམས་  
ཅད་ཡོངས་སུ་མི་གཏོང་བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་  
པ་ལ་དམིགས་པས་ཡོངས་སུ་སྤྱངས་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་

ཡོངས་སུ་དག་པ་དང་། ས་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྒྱུད་  
པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་འགྲུབ་པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེའི་མྱིར་ཚུལ་འདིས་དག་པ་བརྩའི་ལས་ཀྱི་ལམ་དེ་དག་མ་  
གཏོགས་པར་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་  
དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཅི་རིགས་པར་མངོན་པར་  
མཐོ་བའི་འཁོར་བའི་བདེ་བ་དང་། དེས་པར་ལེགས་པ་བདེ་བ་ཡང་  
མ་ཡིན་སྟུག་བསྐྱེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ཐར་པའི་མཆོན་  
ཉིད་ཅན་ཐོབ་པའི་ཐབས་གཞན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་  
གསལ་བར་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྟན་པ་ནི།

གང་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི།

དེ་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་རོ་དང་ལྷན་ཅིག་དང་། །

བཀྲ་ཤིས་ལྷ་ནག་མ་དང་ལྷན་ཅིག་བཞིན། །

དེ་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་དབང་བྱས་བདག་ཉིད་ཆེ། །

དེ་འཆལ་བ་དང་ལྷན་ཅིག་གནས་མི་འདོད། །

ལྷ་ནག་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། བཀྲ་མི་ཤིས་པའི་རྣམ་གྲངས་སོ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྣམ་དབྱེ་བསྟན་པ་ནི།

རི་སྐད། བཤད་པའི་ཚུལ་བྲིམས་ལ་ས་རོལ་ཏུ་བྱིན་པའི་རྣམ་པར་  
དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནི།

གང་གིས་གང་ཞིག་གང་ལ་སྒྲོན་བྱེད་པ། །

གསུམ་ཏུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་ཚུལ་བྱིས་ས་དེ། །

འདིག་རྟེན་པ་ཡི་པ་རོལ་བྱིན་ཞེས་བཤད། །

ཚུལ་བྱིས་ས་དེ་ནི་གསུམ་ཏུ་དམིགས་པ་ཡོད་ན་འདིག་རྟེན་པ་འི་  
པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འོ་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་ལ་ཆགས་པས་སྟོང་དེ་འདིག་རྟེན་འདས། །<sup>༡</sup>

ཚུལ་བྱིས་ས་དེ་ཉིད་རི་སྐད་བཤད་པ་འི་གསུམ་པོར་དམིགས་  
པ་མེད་ན་ནི་འདིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་འི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འི་ཞེས་  
བཤད་དོ། །

གསུམ་པ་སའི་ངེས་ཚིག་དང་ནམ་སྒྲིན་དང་ཡོན་ཏན་བཟོད་དེ་མཐུག་བསྐྱབ་ནི།  
རི་སྐད་བཤད་པ་འི་སའི་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བཟོད་པ་འི་སྟོན་ས་  
ཚུལ་བྱིས་ས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་འི་སྐབས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་  
འཆད་པ་ནི།

ཚུལ་བྱས་ལྷ་པ་ལས་བྱུང་སྟེ་མིན་སྟེ་པ་ཡི། །

དཔལ་གྱུར་དྲི་མ་དང་བྲལ་དྲི་མ་མེད་འདི་ཡང་། །

སྟོན་ཀའི་ཏུས་ཀྱི་ལྷ་བའི་འོད་ནི་དེ་བཞིན་ཏུ། །

འགྲོ་བའི་ཡིད་ཀྱི་གདུང་བ་ལེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། །<sup>༡༠</sup>

ཞེས་བྱ་བ་འོ། །དྲི་མ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། དགེ་བ་བརྩུའི་ལས་ཀྱི་  
ལམ་གྱིས་དྲི་མ་མེད་པ་འི་ཕྱིར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་གཉིས་  
པ་འི་དོན་དང་མཐུན་པ་འི་མིང་རོ། །

རི་ལྟར་སྟོན་ཀའི་ལྷ་བའི་འོད་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་སྟེ་ཐོའི་གདུང་



བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་གྱི་ཟླ་བ་ལས་བྱུང་  
 བའི་དྲི་མ་མེད་པ་འདི་ཡང་འཆལ་བའི་ཚུལ་བྲིམས་གྱིས་བསྐྱེད་  
 པའི་ཡིད་གྱི་གདུང་བ་སེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ནི་འཁོར་བའི་  
 ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པས་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཡང་སྲིད་པའི་དཔལ་  
 ཏེ། ཡོན་ཏན་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པ་ཐམས་ཅད་དེའི་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་  
 ཕྱིར་དང་། སྲིད་བཞིའི་དབང་སྤྲུག་སྤུན་སྤུམ་ཚོགས་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
 གཉིས་པའོ། །

གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་བཤད་པ་ལ། བྱད་གཞི་སའི་ངོ་བོ་མདོར་བསྟན། བྱད་ཆོས་  
སའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བཤད། སའི་ཡོན་ཏན་བཟོད་དེ་མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ནི།  
ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན།

ཞེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་མ་ལུས་སྟེག་པའི་མེ། །

འོད་འབྱུང་བྱིར་ན་ས་ནི་གསུམ་པ་འདི། །

འོད་བྱེད་པ་སྟེ་.....

ཞེས་བྱ་སྟོས་སོ། །འོད་བྱེད་པ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའི་ས་གསུམ་པའི་མིང་ངོ་། །ཡང་འདི་ཅིའི་ཕྱིར་འོད་བྱེད་པ་ཡིན་  
ཞེ་ན། རོན་དང་མཐུན་པ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །དེའི་ཆོ་ཤེས་བྱའི་  
བྱད་ཤིང་མ་ལུས་པ་སྟེག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་ཞི་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་  
ཀྱི་འོད་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ས་འདི་ལ་བྱེད་པ་ཞེས་བཤད་དོ། །

སེམས་གསུམ་པ་བསྐྱེད་པའི།

.....བདེ་གཤེགས་སྤྲས་ལོ་ལ། །

དེ་ཆེ་ནི་ལྷ་ར་ཟངས་འདྲའི་ལྷ་བ་འབྱུང་། །

ཇི་ལྷ་ར་ཉི་མ་ཤར་བའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྲ་རོལ་དུ་ཟངས་ལྷ་བྱའི་  
སྤང་བ་འབྱུང་བ་ལྷ་ར། དེ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཡང་  
དེར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤང་བ་འབྱུང་ངོ་། །

གཉིས་པ་བྱད་ཆོས་སའི་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། བཟོད་པའི་ཕར་རྩིན་  
ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་དང་། སྤང་རྟོགས་སྤོང་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པ་དང་།  
ཕར་རྩིན་ཀྱི་རྟོན་དང་ཆོགས་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་

པོ་ལ། ས་དེར་བཟོད་པའི་ཕར་སྤྱོད་ལྷག་པར་བསྟན། ཞར་ལ་བཟོད་པའི་སྤྲུག་པ་  
བཤད། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ། སྤྱིང་  
རྩེ་བཟོད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱིས་བཟོད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱང་བ་དེ་ལྟ་བུ་རྟེན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་  
ལ། བཟོད་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལྷག་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར།

གལ་ཏེ་གནས་མིན་འབྲུགས་པ་འགའ་ཡིས་དེའི། །

ལྷན་ལས་གཞི་རྒྱས་བཅས་ལྟན་རིང་བྱ། །

སྤང་རེ་རེ་ནས་བཅད་པར་བྱུང་བྱང་དེའི། །

བཟོད་པ་གཙོད་པར་བྱེད་པ་ལྷག་པར་སྤྱོད། །

ཞེས་བྱ་བ་སྤྱོད་སོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་གཞན་གྱི་སེམས་  
རྩེས་སུ་བསྐྱུང་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ཡེ་ཤེས་ཡོད་པའི་སྤྱིར།  
གང་གིས་གཞན་དག་གི་མནར་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྒྱས་གསུམ་གྱི་དོན་  
མ་ཡིན་པ་དོགས་པ་ཅན་ཏུ་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་གྱི་ལྷན་  
དང་ངག་དང་ཡིད་འབྲུག་པར་མངོན་ཏུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
སྤྱིར་ན། གལ་ཏེ་གནས་མིན་འབྲུགས་པ་འགའ་ཡིས་དེའི། །ཞེས་བྱང་  
པར་བྱ་བ་སྤྱོད་སོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་དེའི་ལྷན་ལས་ཤ་རྒྱས་པ་དང་བཅས་པ་སྤང་རེ་རེ་ནས་སྤྱོད་  
ཅིང་སྤྱོད་ཅིང་ལྟན་རིང་པོར་གཙོད་བྱང་། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་གཙོད་  
པར་བྱེད་པ་པོ་ལ་སེམས་ཁོང་ནས་འབྲུགས་པ་ཉིད་ཏུ་མི་འགྱུར་བ་

འབའ་ཞིག་རྩ་མ་བཟང་གྱི། སྤྲིག་པའི་ལས་དེའི་རྒྱུ་ཅན་དཔལ་པའི་  
སྤྲིག་བསྐྱལ་ལ་སོགས་པ་ལ་ལྷག་པར་དམིགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔལ་ལ་ཆེས་ལྷག་པར་བཟོད་པ་ཉིད་སྦྱེ་བར་འགྱུར་རོ།

གཉིས་པ་ཤེས་རབ་གྱིས་བཟོད་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

བདག་མེད་མཛོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ།

གང་ཞིག་གང་གིས་གང་ཆེ་དེ་ལྟར་གཙོད།

གང་ཕྱིར་ཆོས་ཀྱན་དེ་ཡི་གཞུགས་བརྟན་ལྟར།

མཛོང་བ་དེས་ན་དེ་ཡིས་བཟོད་པར་འགྱུར། ༥

སྤྲིག་པའི་ལས་དེའི་རྒྱུ་ཅན་དཔལ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྲིག་བསྐྱལ་  
ལ་ལྷག་པར་དམིགས་པས་ཆེས་ལྷག་པར་བཟོད་པར་འགྱུར་བ་  
འབའ་ཞིག་རྩ་མ་བཟང་གྱི། གང་གི་ཕྱིར་དེས་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་གཞུགས་  
བརྟན་དང་འདྲ་བར་མཐོང་ཞིང་། བདག་དང་བདག་གི་བའི་འདྲ་  
བྱེད་དང་བྲལ་བ་འདིའི་སྤྱིར་ཡང་ཆེས་ཤིན་རྩ་བཟོད་པ་ཉིད་དོ། །  
ཀྱང་གི་སྤྲིས་ནི་བཟོད་པའི་རྒྱ་བསྐྱ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་རོ།

གཉིས་པ་ཞར་ལ་བཟོད་པའི་བསྐྱུགས་པ་བཤད་པ་ལ། ཁོང་ཁྱོད་ཉེས་དམིགས།  
བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན། དེས་ན་ཁོང་ཁྱོད་སྤངས་ཏེ་བཟོད་པ་སྒྲིམ་པར་གདམས་པའོ། །  
དང་པོ་ལ། འཇིག་རྟེན་འདིར་དོན་མེད་པ། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དང་འགལ་བ། འདི་  
དང་པོ་ལ་གྱི་ཉེས་དམིགས་གཞན་ཡང་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

བཟོད་པ་འདི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ཀྱི་འཆོམ་པའི་ཆོས་

ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡོན་  
 ཏན་མཐའ་དག་བསྐྱེད་བའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་པས་མི་བཟོད་པ་དང་ལྷན་  
 པ་ལྟར་ཁྱོ་བ་ལས་ལྷོག་པར་རིག་པར་འཆད་པ་ནི།

གཞོན་པ་བྱས་པས་གལ་ཏེ་དེར་བཀོན་ན། །

དེ་ལ་བཀོན་པས་བྱས་ཟིན་ལྷོག་གམ་ཅི། །

དེ་བྱིར་དེ་བཀོན་ངེས་པར་འདིར་དོན་ཅད། །

འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་ཡང་ནི་འགལ་བར་འགྱུར། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་ཁོང་འབྲུགས་པའི་སྐབས་སྟེར་བ་  
 འདི་གཞོན་པ་བྱས་པ་གཞན་ལ་ཁྱོ་ན་དེའི་ཆེ་གཞོན་པ་བྱས་ཟིན་པ་  
 བསྐྱོག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་ལ་དམིགས་པའི་ཞེ་འཁམ་པ་དོན་མེད་  
 པ་ཉིད་དོ། །རྒྱ་བྱས་ཟིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིའི་བཀོན་པ་དང་ལྷ་དགོས་  
 པ་མེད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི། འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་དང་ཡང་  
 འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཁོང་ཁྱོ་བ་སྐྱེས་པ་ཡིན་དང་རྣམ་པར་སྦྱིན་པ་  
 ཡིད་རུ་མི་འོང་བ་འཕེན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ལ་རོལ་དང་འགལ་བ་ལ། རྣམ་སྦྱིན་ཡིད་རུ་མི་འོང་བ་  
 འཕེན་པ་དང་ཡུན་རིང་བསགས་པའི་བསོད་ནམས་ཟད་པའི་རྒྱར་བསྐྱེད་པ་གཉིས།  
 དང་པོ་ནི།

གང་ཞིག་རང་གིས་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་བྱས་པའི་འབྲས་བུའི་ཁྱད་  
 པར་ཉེ་བར་སྦྱོད་པ་བཞིན་རུ་གཏི་མུག་པས་གཞན་གྱིས་བདག་ལ་  
 གཞོན་པ་དེ་བྱས་སོ་སྟེ་རུ་རྟོག་པ་དེ་ལ་ནི་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ལ་ཁྱོ་

བ་ཉི་བར་སྐྱེ་ལ། ལན་རུ་གནོད་པ་བསྐྱལ་བས་དེའི་གནོད་པ་པམ་  
པར་འདོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་བསྐྱོག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

སྐྱོན་བྱས་པ་ཡི་མི་དགེ་མི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་གང་། །

ཟད་པར་བྱེད་པར་བརྒྱུད་པར་འདོད་པ་དེ་ཉིད་ཀོ། །

གཞན་ལ་གནོད་པ་དང་ནི་སྤོ་བས་སྐྱག་བསྐྱལ་བྱིར། །

ས་བོན་ཉིད་བྱ་རྒྱུ་ལྟར་ན་ཁྱིད་པར་བྱེད། །

གང་ཞིག་མཚོན་ཆ་རྣམས་པོའི་སོ་བབས་པས། དེ་ལ་ལྷས་ལ་གནོད་  
པའི་སྐྱག་བསྐྱལ་ཆེས་ཆེ་བ་དག་དག་གིས་ཉི་བར་བསྐྱལ་བས་པ་དེ་ནི།  
འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་ཐ་མ་སྤོག་གཅོད་པའི་ལས་སྐྱོན་བྱས་པ་སེམས་  
ཅན་དཔྱལ་བ་དང་། རུད་འགྲོའི་སྐྱེ་གནས་དང་། གཤིན་རྗེའི་འཇིག་  
ཉིན་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་སྐྱོན་པའི་འབྲས་བྱ་དྲག་པོ་ཉམས་སུ་  
སྦྱང་བར་གྱུར་ཅིང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་ཉོན་མོངས་པ་ལྷག་མར་ལྷས་  
པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིད་རུ་འོང་བ་མ་སྤོག་པའི་རྒྱ་གང་ཡིན་  
པ་སྟེ། དེ་རི་ལྟར་སྤྲོད་ཡང་རྣམ་པར་འགྱུར་བས་སྐྱོན་གྱི་བདུང་བ་ཐ་  
མ་ཁོང་ན་ཡོད་པའི་ནད་གསོ་བའི་རྒྱ་ལྟར་ཁོང་ནས་འབྲུག་པ་དང་།  
གཞན་ལ་གནོད་པ་དག་གིས་འབྲས་བྱ་ཡིད་རུ་མི་འོང་བ་འདས་ཟིན་  
པ་བས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པར་གནོད་པར་བྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་འབྱུང་  
བའི་རྒྱ་ཉིད་རུ་བགྱི་བར་འགྱུར། །དེའི་ཕྱིར་དེས་སྐྱོན་པ་ནད་གསོ་  
བར་བྱེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་པ་གཅགས་ཆ་རྣམས་པོའི་ལས་བྱེད་པ་ལ་བྱ་  
བ་ལྟར། འབྲས་བྱ་སྐྱག་བསྐྱལ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་ལ་ཆེས་ཤིན་རུ་བཟོད་

པར་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་ཡུན་རིང་བསམས་པའི་བསོད་ནམས་ཟད་པའི་རྒྱར་བསྟན་པ་ནི།

མི་བཟོད་པ་ནི་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ནམ་པར་སློན་པ་  
ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་སྤངས་པ་འཕེན་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་  
ཟད་ཀྱི། ཡུན་རིང་དུ་བསགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚླགས་ཟད་པའི་  
རྒྱ་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་བྱིར།

གང་བྱིར་རྒྱལ་སྤྱོད་ནམས་ལ་ཁྱོ་བ་ཡིས། །

སློན་དང་བྲིམས་འབྱུང་དགེ་བ་བསྐྱལ་བ་བརྒྱར། །

བསགས་པ་སྐད་ཅིག་གིས་འཛོམས་དེ་ཡི་བྱིར། །

མི་བཟོད་ལས་གཞན་སྤྱིག་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

ཞེས་བྱ་བ་སློས་ཏེ། གལ་ཏེ་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་བདག་ཉིད་  
ཆེན་པོ་དེས་གང་ཟག་གི་བྱང་པར་དུ་ངེས་པ་དང་བྲལ་བའི་བྱིར་  
ལ། ངེས་པ་ཡིན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཉོན་མོངས་པ་གོམས་པ་ལ་རག་ལས་  
ནས་འབྲུག་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་བྱང་རྒྱལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནམས་ལ་  
བདེན་པར་གྱུར་པ་དང་། བདེན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཉེས་པ་  
ལྷག་པར་སློ་བཏགས་ནས་ཁོང་ཁྱོ་བའི་བསམ་པ་སྐད་ཅིག་ཙམ་ཞིག་  
བསྐྱེད་ན་ཡང་། དེ་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་བསྐྱལ་བ་བརྒྱར་བསགས་པའི་  
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚླགས་སྤར་བསྟན་པའི་སློན་པ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་  
ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་གོམས་པ་ལས་བསྐྱེད་པ་འཛོམས་པར་འགྱུར་ན།  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་པས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ནམས་

ལ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ་ཏེ།      དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ཚུལ་ཆད་  
སྤང་གྲངས་ཀྱིས་ངེས་པར་མི་རུས་པ་ལྟར།      དེར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པའི་  
མཚམས་ངེས་པར་མི་རུས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་འབྲས་བུ་ཡིད་དུ་  
འོང་བ་འཕེན་པ་དང་།      དགེ་བ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་པའི་སྒྲིག་པ་ནི་མི་  
བཟོད་པ་ལས་གཞན་མཚོག་དུ་གྱུར་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་སྐད་དུ་ཡང་། འཇམ་དཔལ། ཁོང་ཁྱོད་བ། ཁོང་ཁྱོད་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི། བསྐྱེད་པ་བརྒྱར་བསགས་པའི་དགེ་བ་ཉི་ལྔ་འཛོམས་པར་བྱེད་  
པ་དེའི་ཕྱིར། ཁོང་ཁྱོད་བ། ཁོང་ཁྱོད་བ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་འདི་དང་པ་ལོ་ལྷ་ཉིས་དམིགས་གཞན་ཡང་བསྐྱེད་པ་ནི།

གཞན་ཡང་མི་བཟོད་པ་གཞན་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་མི་རུས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་ནི་བདག་ཉིད་ཁོ་ན་འཛོམས་པར་བྱེད་ལ།      རུས་པ་སྒྲིང་  
རྩི་མེད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བདག་དང་གཞན་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་  
འདི་ནི་སྒྲིམ་པ་ཉིད་ཀྱིས།

མི་སྐྱུ་གཟུགས་སྤྱེད་ཅིང་དམ་པ་མིན་པར་དགྱི། །

རྩྭ་ལ་དང་རྩྭ་ལ་མིན་གཤམ་པའི་རྣམ་དཔྱད་འབྲོག་བྱེད་ཅིང་། །

དུས་ཕྱིས་རིགས་མཐུན་པ་བཏབ་ནས།

མི་བཟོད་པ་ཡིས་སྤྱར་བྱ་དན་འགྲོར་སྤྱར་བར་བྱེད། །

གཉིས་པ་བཟོད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི།

གལ་ཏེ་མི་བཟོད་པའི་སྒྲིན་དེ་དག་ཡིན་ན་དེ་དང་འགལ་བ་  
བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་པ།



བཟོད་པས་བཞད་ཟིན་དང་འགལ་ཡོན་ཏན་ནམས་བྱེད་དོ། ༡༥

བཟོད་པས་མཛེས་ཤིང་སྐྱེ་ལོ་དམ་པ་ལ། །

ཕངས་དང་ཕྱགས་དང་ཕྱགས་མིན་ཤེས་པ་ལ། །

མཁས་པར་གྱུར་ནིར་དེ་ཡི་འོག་ཏུ་ནི། །

སྙམ་མི་སྐྱེ་དང་སྒྲིག་པ་བྱེད་པ་འགྱུར། ༡༦

མི་བཟོད་པ་ལ་སྦྱོན་གང་དག་བསྟན་པ་དེ་དག་དང་འགལ་བའི་  
ཡོན་ཏན་དེ་དག་བཟོད་པར་རིག་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཁོང་ཁྱོད་བསྐྱངས་ཏེ་བཟོད་པ་སྦྱོན་པར་གདམ་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར།

སྙམ་སྐྱེ་ལོ་དང་ནི་རྒྱལ་ལྷན་གྱིས། །

ཁྱོད་དང་བཟོད་པའི་སྦྱོན་ཡོན་རིག་བྱས་ཏེ། །

མི་བཟོད་ལྷན་ནས་འཕགས་པའི་སྐྱེ་ལོ་ཡིས། །

བསྒྲགས་པའི་བཟོད་པ་ཏག་ཏུ་ལྱུར་བསྟན་བྱ། ༡༧

ཁྱོད་བ་དང་། བཟོད་པ་ནི་ཁྱོད་བ་དང་བཟོད་པའོ། །སྦྱོན་དང་། ཡོན་  
ཏན་ནི་སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་ཏེ། ཁྱོད་བ་དང་། བཟོད་པ་དག་གི་སྦྱོན་  
དང་ཡོན་ཏན་གཉིས་ཞེས་བྱ་བའི་ཚིག་ནམ་པར་སྒྱུར་རོ། །ཁྱོད་བའི་  
སྦྱོན་ནི་རི་སྐད་བཤད་པ་དང་སྒྲིག་པའི་སྦྱོན་ནས་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་  
ཁོང་ཏུ་ཆུད་པར་བྱས་ཏེ། མི་བཟོད་པ་སྐྱངས་ནས་ཏུས་ཐམས་ཅད་  
ཏུ་བཟོད་པ་ཁོ་ན་བསྟན་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་འདིག་རྟེན་ལས་འདས་མ་འདས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བསྟན་པ་ནི།  
ད་ནི་བཟོད་པ་ལ་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པའི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་བསྟན་  
པའི་སྦྱར།

རྟོགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱང་རྒྱལ་སྦྱར་བསྟོས་ཀྱང་། །

གསུམ་དམིགས་ཡོད་ན་དེ་ནི་འདིག་རྟེན་ལས། །

སངས་རྒྱས་ཉིད་ཏུ་ཡོངས་སུ་བསྟོས་སུ་བྱེད་ཀྱང་། གང་བཟོད་  
པ་དང་། གང་གིས་བཟོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གང་དག་ལ་བཟོད་  
པ་གསུམ་པོ་འདི་ལ་དམིགས་པ་ཡོད་ན། བཟོད་པ་དེ་ནི་འདིག་རྟེན་  
པའི་བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དམིགས་པ་མེད་ན་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །

འདིག་རྟེན་འདས་པའི་པ་རོལ་སྦྱོན་ཅེས་བསྟན། །༡༠

གཉིས་པ་སྤངས་རྟོགས་སྦྱོར་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཞན་བསྟན་པ་ནི།  
ས་དེ་ལ་བྱང་སེམས་དཔའི་བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པ་རྣམ་  
པར་དག་པར་རི་ལྟར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ།

ས་དེར་རྒྱལ་སྤྱོད་བསམ་གཏན་མཛོན་གེས་དང་། །

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་ཡོངས་སུ་བྱང་པར་འགྱུར། །

དེས་ཀྱང་རྟག་ཏུ་འདིག་རྟེན་ལ་ཡི་ནི། །

འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་འདོམས་པར་རྒྱས་པར་འགྱུར། །༡༡

བསམ་གཏན་ཞེས་བྱ་བའི་བསམ་གཏན་གྱི་སྤྱོད་ནི་ཉེ་བར་མཚོན་  
པའི་དོན་ཏེ། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་ཚད་མེད་པ་རྣམས་ཀྱང་

འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །

རི་སྐད་དུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་གསུམ་པ་ལས་གསུངས་པ་  
བཞིན་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་འོད་བྱེད་པ་འདི་ལ་གནས་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི། འདོད་པ་རྣམས་ལས་དབེན་པ། རྟིག་  
པ་མི་དགེ་བའི་ཚོས་རྣམས་ལས་དབེན་པ། རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་  
དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ་དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་  
བ་ཅན་བསམ་གཏན་དང་པོ་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་རྟོག་པ་དང་  
དཔྱེད་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ནང་ཡོངས་སུ་དང་སྟེ། སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་གཅིག་  
རྟུ་རྒྱར་པས་རྟོག་པ་མེད་པ་དཔྱེད་པ་མེད་པ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལས་སྦྱེས་  
པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་བ་ཅན་བསམ་གཏན་གཉིས་པ་བསྐྱབས་ཏེ་  
གནས་སོ། །དེ་དགའ་བའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་བཏང་སྟོམས་  
ལ་གནས་ཤིང་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། བདེ་བ་ལྷན་གྱིས་  
སྦྱང་ལ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གང་དེ་དྲན་པ་དང་ལྟན་པ་བདེ་བ་ལ་  
གནས་པ་བཏང་སྟོམས་པའོ། །ཞེས་བརྗོད་པ་སྟེ། དགའ་བ་མེད་པའི་  
བསམ་གཏན་གསུམ་པ་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་བདེ་བ་ཡང་སྤངས་  
ཏེ་སྤྲོ་ནས་སྤྱག་བསྤེལ་ཡང་སྤངས་ཤིང་ཡིད་བདེ་བ་དང་ཡིད་མི་བདེ་  
བ་ཡང་རྒྱབ་པས། བདེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་སྤྱག་བསྤེལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་  
པ་བཏང་སྟོམས་དང་དྲན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་བསམ་གཏན་བཞི་པ་  
བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་དག་ནི་བསམ་གཏན་བཞི་པའོ། །

གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་བཞི་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་

ནམ་པ་ཐམས་ཅད་རུ་གཟུགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ལས་ཡང་དག་པར་  
 འདས་ཏེ། ཐོགས་པའི་འདུ་ཤེས་ནམས་རུབ་པར་གྱུར་ཅིང་། ལྷ་ཆོགས་  
 ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་པས་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སོ་སྟམ་ནས་  
 ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་ནམ་  
 པ་ཐམས་ཅད་རུ་ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ལས་ཡང་དག་  
 པར་འདས་ཏེ། ནམ་པར་ཤེས་པ་མཐའ་ཡས་སོ་སྟམ་ནས་ནམ་ཤེས་  
 མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་རུ་  
 ནམ་ཤེས་མཐའ་ཡས་སྟེ་མཆེད་ལས་ཡང་དག་པར་འདས་ཏེ་ཅི་ཡང་  
 མེད་དོ་སྟམ་ནས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །  
 དེ་ནམས་ཐམས་ཅད་རུ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྟེ་མཆེད་ལས་ཡང་དག་  
 པར་འདས་ཏེ། འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་སྟམ་  
 རྟེ་འདུ་ཤེས་མེད་འདུ་ཤེས་མེད་མིན་སྟེ་མཆེད་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ་  
 ཞེས་བྱ་སྟེ། འདི་དག་ནི་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་བཞིའོ། །

ཆད་མེད་པ་བཞི་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། བྱམས་པ་དང་ལྡན་པའི་སེམས་  
 ཡངས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ། མི་གཉིས་པ། ཆད་མེད་པ། འཁོན་  
 མེད་པ། འགུན་ལྔ་མེད་པ། སྒྲིབ་པ་མེད་པ། གནོད་པ་མེད་པ་ཐམས་  
 ཅད་རུ་བྱབ་པས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱིས་སྐྱས་པ། ནམ་མཁའི་ཁམས་  
 ཀྱི་མཐས་གཏུགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་པའི་འཇིག་རྟེན་བྱབ་  
 པར་བྱས་ནས་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་རུ་སྟོང་རྗེ་དང་ལྡན་  
 པ་དང་། དགའ་བ་དང་ལྡན་པ་དང་། བཏང་སྟོམས་དང་ལྡན་པའི་

སེམས་ཡངས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །

མངོན་པར་ཤེས་པ་ལྟ་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་རྩ་འབྲུལ་བྱ་བ་ནམ་པ་  
 ཏུ་མ་སྟོང་བར་བྱེད་དེས་ཡང་གཡོ་བར་བྱེད་དོ། །གཅིག་ཏུ་གྱུར་ནས་  
 མང་པོར་འགྱུར་རོ། །མང་པོར་གྱུར་ནས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་རོ། །སྒྲ་  
 བར་འགྱུར་ཞིང་མི་སྒྲ་བར་འགྱུར་རོ། །ཆིག་པ་ལ་ཡང་ཐད་ཀར་  
 འགྲོ། །ར་བ་ལ་ཡང་ཐད་ཀར་འགྲོ། །རི་ལ་ཡང་མི་ཐོགས་པར་ཐད་  
 ཀར་འགྲོ་སྟེ་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ནམ་མཁའ་  
 ལ་ཡང་སྐྱེལ་མོ་ཀྱང་གིས་འགྲོ་སྟེ་དཔེར་ན་འདབ་ཆགས་བྱ་བ་བཞིན་  
 ནོ། །ས་ལ་ཡང་སྟོང་ཏུ་འབྱུང་བ་དང་བྱིའུ་འཇུལ་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་  
 རྩུ་ལ་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །རྩུ་ལ་ཡང་མི་རུབ་པར་འགྲོ་སྟེ། དཔེར་ན། ས་  
 ལ་བྱ་བ་བཞིན་ནོ། །ཏུ་བ་འབྲུལ་བར་ཡང་བྱེད་འབར་བར་ཡང་བྱེད་  
 དེ། དཔེར་ན། མའི་ཡུང་པོ་ཆེན་པོ་བཞིན་ནོ། །བདག་གི་ལྷས་ལ་རྩའི་  
 རྩུ་ཆེན་པོ་འབྱེན་ཏེ། དཔེར་ན། སྤྱིན་ཆེན་པོ་བཞིན་ནོ། །རྩའི་རྩུ་  
 དེ་དག་གིས་ཀྱང་སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
 འདི་ཀྱན་ཏུ་འབར་ཞིང་རབ་ཏུ་འབར་ལ། ཀྱན་ཏུ་རབ་ཏུ་མཆོད་  
 ཅིང་འབར་ཏེ་མེ་ལྷེ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཞི་བར་བྱེད་དོ། །ཟླ་བ་དང་ཉི་  
 མ་འདི་ལྟར་རྩ་འབྲུལ་ཆེ་བ་འདི་ལྟར་མཐུ་ཆེ་བ་འདི་གཉིས་ལ་ཡང་  
 ལག་པས་འཇིན་ཞིང་ཀྱན་ཏུ་ལྷག་པར་བྱེད་དོ། །ཚངས་པའི་འཇིག་  
 རྟེན་གྱི་བར་ཏུ་ཡང་ལྷས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
 རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་ལྟའི་ན་བའི་ཁམས་ནམ་པར་

དག་པ་མི་ལས་འདས་པས་ལྟ་དང་མི་གཉིས་ཀའི་སྤྱི་ཡང་ཐོས་སོ། །  
 སྤྱ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་། གང་དག་རིང་ཡང་རུང་ཉེ་ཡང་རུང་། བ་  
 རྩ་སྤྱང་བྱ་དང་། ཤ་སྤྱང་དང་། སྤང་བ་དང་། སྤྱི་བྱ་རྩམས་ཀྱི་སྤྱི་  
 ཡང་ཐོས་སོ། །འདི་ནི་ལྟ་འི་རྩ་བའི་མངོན་པར་ཤེས་པའོ། །དེ་སེམས་  
 ཅན་གཞན་དག་དང་གང་ཟག་གཞན་རྩམས་ཀྱི་སེམས་དང་སེམས་  
 ཀྱི་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་ཏེ། འདོད་ཆགས་དང་  
 བཅས་པའི་སེམས་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པའི་སེམས་སྤྱི་  
 ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །འདོད་ཆགས་དང་  
 སྤྱལ་བའི་སེམས་ལ་ཡང་འདོད་ཆགས་དང་སྤྱལ་བའི་སེམས་སྤྱི་ཡང་  
 དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །དེ་བཞིན་རུ་ཞེ་སྤང་དང་  
 བཅས་པ་དང་ཞེ་སྤང་དང་སྤྱལ་བ་དང་། གཏི་མྱག་དང་བཅས་པ་  
 དང་། གཏི་མྱག་དང་སྤྱལ་བ་དང་། ཉོན་མོངས་པ་དང་བཅས་པ་དང་།  
 ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་དང་། རྒྱུ་བ་དང་། ཡངས་པ་དང་། ཆེན་  
 པོར་རྒྱུར་པ་དང་། ཚད་མེད་པ་དང་། བཟུས་པ་དང་། རྒྱས་པ་དང་།  
 མཉམ་པར་བཞག་པ་དང་། མཉམ་པར་མ་བཞག་པ་དང་། རྩམ་པར་  
 གྲོལ་བ་དང་། རྩམ་པར་མ་གྲོལ་བ་དང་། སྦྱོན་ཅན་དང་། སྦྱོན་མེད་  
 དང་། སེམས་རགས་པ་ལ་ཡང་སེམས་རགས་པའོ་ཞེས་ཡང་དག་པ་  
 ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །སེམས་རགས་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་  
 ཡང་སེམས་རགས་པ་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་གཞན་དག་དང་གང་ཟག་གཞན་ནམས་  
 གྱི་སེམས་སེམས་གྱི་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གཞན་གྱི་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པའོ། །  
 དེ་སྟོན་གྱི་གནས་ནམ་པ་དུ་མ་རྗེས་སུ་དྲན་ཏེ། ཆེ་རབས་གཅིག་ཀྱང་  
 རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། ཆེ་རབས་གཉིས་དང་། གསུམ་དང་། བཞི་དང་། ལྔ་  
 དང་། བརྒྱ་དང་། ཉི་ཤུ་དང་། སུམ་རྒྱ་དང་། བཞི་བརྒྱ་དང་། ལྔ་བརྒྱ་  
 དང་། བརྒྱ་དང་སྟོང་ཡང་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། ཆེ་རབས་བརྒྱ་སྟག་དུ་  
 མ་དང་ཆེ་རབས་སྟོང་སྟག་དུ་མ་དང་། ཆེ་རབས་འབྲུམ་སྟག་དུ་མ་  
 དང་། ཆེ་རབས་བྱེ་བ་འབྲུམ་སྟག་དུ་མ་དང་། ཆེ་རབས་བྱེ་བ་བྲག་  
 བྲིག་འབྲུམ་སྟག་དུ་མ་དང་། འཇིག་པའི་བསྐྱལ་པ་དང་། འཆགས་  
 པའི་བསྐྱལ་པ་དང་། འཇིག་པ་དང་། འཆགས་པའི་བསྐྱལ་པ་དུ་མ་  
 ཡང་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ཡང་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། བསྐྱལ་པ་  
 སྟོང་ཡང་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། བསྐྱལ་པ་འབྲུམ་དང་། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་  
 དང་། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྟག་བརྒྱ་དང་། བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྟག་སྟོང་དང་།  
 བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་སྟག་འབྲུམ་ནས་བསྐྱལ་པ་བྱེ་བ་བྲག་བྲིག་འབྲུམ་སྟག་  
 དུ་མའི་བར་དུ་རྗེས་སུ་དྲན་ནོ། ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་ན་བདག་མིང་ནི་འདི་  
 ཞེས་བྱ་བར་གྱུར། ཅུས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། རིགས་ནི་འདི་ཞེས་བྱ། ཟས་  
 ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཟ། ཆེ་ནི་འདི་ཅམ་ཞིག་སྟབ། ཡུན་ནི་འདི་སྤྱི་  
 ཅིག་གནས། བདེ་བ་དང་སྤྱུག་བསྐྱལ་ནི་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མྱོང་ངོ་། །  
 བདག་དེ་ནས་ཤི་འཕྲོས་ནས་ཆེ་གེ་མོ་ཞིག་དུ་སྐྱེས་སོ། །དེ་ནས་ཤི་

འཕྲོས་ནས་འདིར་སྐྱེས་སོ་ཞེས་ཅམ་པ་དང་བཅས་དན་ཉགས་དང་  
 བཅས་རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པར་སྟོན་གྱི་གནས་ཅམ་པ་དུ་མ་རྗེས་  
 ལུ་དྲན་ནོ། །དེ་ནི་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་ལུ་དྲན་པའི་མདོན་པར་ཤེས་  
 པའོ། །དེས་ལྷའི་མིག་ཅམ་པར་དག་པ་མི་ལས་འདས་པས་སེམས་  
 ཅན་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་དང་མདོག་རྒྱག་པ་དང་མདོག་མི་རྒྱག་  
 པ་དང་བདེ་བར་སོང་བ་དང་ངན་པར་སོང་བ་དང་། བཟང་པོ་དང་  
 ངན་པ་ཅམས་མཐོང་ངོ་། །ལས་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་ཉེ་བར་འགྲོ་བའི་  
 སེམས་ཅན་ཅམས་ཡང་དག་པ་རི་ལྷ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

ཀྱི་མ་སེམས་ཅན་འདི་དག་ནི་ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྟོན་པ་དང་ལྷན་  
 པ། ངག་གི་ཉེས་པར་སྟོན་པ་དང་ལྷན་པ། ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་སྟོན་  
 པ་དང་ལྷན་པ། འཕགས་པ་ཅམས་ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པར་སྟོན་པ་  
 ལོག་པར་ལྷ་བ་ཅན་དག་སྟེ། ལོག་པར་ལྷ་བའི་ལས་ཡང་དག་པར་  
 སྐྱངས་པའི་རྒྱས་ལུས་ཞིག་སྟེ་ཤི་བའི་འོག་དུ་ངན་སོང་ངན་འགྲོ་ཅམ་  
 པར་རྒྱང་བ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ཅམས་ལུ་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ཀྱི་  
 མ་སེམས་ཅན་འདི་དག་ནི་ལུས་ཀྱི་ལེགས་པར་སྟོན་པ་དང་ལྷན་པ།  
 ངག་གི་ལེགས་པར་སྟོན་པ་དང་ལྷན་པ། ཡིད་ཀྱི་ལེགས་པར་སྟོན་པ་  
 དང་ལྷན་པ། འཕགས་པ་ཅམས་ལ་སྐྱར་བ་མི་འདེབས་པ་ཡང་དག་  
 པར་ལྷ་བ་ཅན་དག་སྟེ། ཡང་དག་པར་ལྷ་བའི་ལས་ཡང་དག་པར་  
 སྐྱངས་པའི་རྒྱས་ལུས་ཞིག་སྟེ་ཤི་བའི་འོག་དུ་བདེ་འགྲོ་མཐོ་རིས་ཀྱི་  
 འཇིག་རྟེན་དུ་ལྷ་ཅམས་ཀྱི་ནང་དུ་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བར་རབ་དུ་ཤེས་



ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ལྟའི་མིག་རྣམ་པར་དག་པ་མི་ལས་འདས་པས་སེམས་  
 ཅན་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་དང་མདོག་སྒྲུག་པ་དང་མདོག་མི་སྒྲུག་  
 པ་དང་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་དང་བཅས་དན་ཏྲགས་  
 དང་བཅས། རྒྱ་མཚན་དང་བཅས་པར་མཐོང་སྟེ། ལས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 ཏུ་ཉི་ཤེས་འགྲོ་བའི་སེམས་ཅན་དག་ཀྱང་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །དེ་བས་མ་  
 གཏན་དང་རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་དང་། སྟོམས་པར་  
 འཇུག་པ་འདི་དག་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་རྣམ་པར་ལྷང་ཡང་།  
 གང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་འགྱུར་བར་  
 མཐོང་བ་དེར་ཆེད་ཏུ་བསམས་ཏེ་སྟོན་ལམ་བཏབ་པའི་དབང་གིས་  
 རྒྱུས་པ་མ་གཏོགས་པར་དེ་དག་གི་དབང་གིས་མི་སྐྱེའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེ་ན། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཐབས་མཁས་པས་མདོན་  
 པར་བསྐྱབས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་དང་ལྟན་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 བར་ཏུ་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་ན་ས་འདིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལས་  
 བསམ་གཏན་དང་མདོན་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་ལྟར་ཏྲག་ཏུ་འཛིག་རྟེན་གྱི་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་ཡོངས་  
 སུ་བྱང་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དང་གི་སྒྲས་ནི་མ་སྟོས་པ་བསྐྱུ་བར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་ཏེ་དེའི་གཏི་མུག་ཀྱང་ཡོངས་སུ་བྱང་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་  
 བ་ན། འདི་ཡང་མདོ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏེ། ཇི་སྐད་ཏུ། དེས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རྒྱུན་ལ་རྟོན་པ་ཉིད་ཡིན་པས་འཕོ་བ་མེད་པ་ཉིད་དང་། རྣམ་  
 པར་འཛིག་པ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་རྟོགས་པས་དེ་བས་ཀྱང་ཤས་ཆེར་

འདོད་པའི་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་བསྐབས་པར་འགྱུར་རོ། །གཟུགས་  
 གྱི་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་དང་སྲིད་པའི་འཆིང་བ་དང་མ་རིག་པའི་  
 འཆིང་བ་བསྐབས་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ལྟ་བར་གྱུར་པའི་འཆིང་བ་  
 རྣམས་ནི་སྤྲ་ནས་སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་འོད་  
 བྱེད་པ་འདི་ལ་གནས་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི་བསྐྱེད་པ་  
 བརྒྱ་སྟག་རྩ་མ་དང་བསྐྱེད་པ་སྟོང་སྟག་རྩ་མ་དང་། བསྐྱེད་པ་འབྱུང་  
 སྟག་རྩ་མ་དང་། བསྐྱེད་པ་བྱེ་བ་སྟག་རྩ་མ་ནས་བསྐྱེད་པ་ཁྲག་བྲིག་  
 འབྱུང་སྟག་རྩ་མར་ལོག་པའི་འདོད་ཆགས་འགྲིབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་  
 པ་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །ལོག་པའི་ཞེ་སྤང་འགྲིབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །ལོག་པའི་གཏི་མུག་འགྲིབ་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་ན་དེའི་འདོད་  
 ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་ཡོངས་སུ་ཟད་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཅི་ལྟར་ཉག་རྩ་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་  
 འཇོམས་པར་རུས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། ཇི་སྐད་རུ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྲས་  
 དག་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་མདོར་བསྟན་པའོ། །དེ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་  
 བལ་ཆེར་ལྟའི་རྒྱལ་པོ་ལྟའི་བདག་པོ་དབང་པོར་གྱུར་ཏེ། སེམས་ཅན་  
 རྣམས་གྱི་འདོད་པ་ལ་འདོད་ཆགས་རྣམ་པར་བསྐྱོག་པའི་ཐབས་  
 སྟབས་པ་ལ་བྱང་བ་དང་། གཙོ་བོ་ཡིན་ཞིང་སེམས་ཅན་རྣམས་འདོད་  
 པའི་འདམ་ནས་འདོན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་

ལྷ་བུའོ། །དེ་ལྷར་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་འདོད་པའི་  
འདོད་ཆགས་འཛུམས་པར་རྟུས་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་པར་སྦྱོར་གྱི་རྟེན་དང་ཚྲིགས་དང་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་གཞན་  
བསྟན་པ་ནི།

དེ་ལྷར་ན་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་  
ས་གསུམ་པར། བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།  
བསམ་གཏན་དང་། ཚད་མེད་པ་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་།  
མདོན་པར་ཤེས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སུ་བྱུང་  
པ་གདོན་མི་བྱ་བར་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བསྟན་ནས། ད་ནི་བཟོད་  
པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་ལ་བྱུག་པ་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོར་པ་གསུམ་གྱི་རྟེན་གྱི་  
བྱང་པར་དང་། ཚྲིགས་གྱི་རང་བཞིན་དང་། འབྲས་བུ་ཡོངས་སུ་བྱུག་  
པ་རྣམ་པར་བཞག་པ་གསལ་བར་བྱ་བའི་སྦྱིར། བཤད་པ།

སྦྱོར་སོགས་ཚོས་གསུམ་དེ་དག་པལ་མོ་ཆེ། །

བདེ་བར་གཤེགས་པས་བྱིམ་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱགས། །

བསོད་ནམས་ཞེས་བྱའི་ཚོགས་ཀྱང་དེ་དག་ཉིད། །

སངས་རྒྱས་གཞུགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྦྱ་ཡི་རྒྱ། །༡༢

བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཁོ་ན་རི་སྐད་བཤད་པའི་སྦྱོར་པ་  
ལ་སོགས་པའི་རྟེན་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ལྷ་ན་ཡང་བྱིམ་པ་དང་། རབ་ཏུ་  
བྱང་བའི་དབྱེ་བས་དེ་རྣམས་ལ་གཉིས་སྤྱད་པ་ལ་སྟོས་ནས་དེ་སྐད་  
ཏུ་བཟོད་དོ། །དེ་ལ་བྱིམ་པ་རྣམས་ལ་ནི་པལ་ཆེར་སྦྱོར་པ་ལ་སོགས་

པའི་ཆོས་གསུམ་པོ་དེ་དག་སྐྱབ་པར་སྤྲོ་ལ། རབ་ཏུ་བྱང་བ་ནམས་  
ལ་ནི་བཙོན་འགྲུས་དང་། བསམ་གཏན་དང་། ཤེས་རབ་ཡིན་ཏེ་ཅིག་  
ཤོས་དག་ལ་གཅིག་མི་སྲིད་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུ་  
ཆོགས་ནི་གཉིས་ཡིན་ཏེ། གང་འདི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་དང་། ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སོ། །

དེ་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་གསུམ་པོ་དེ་  
དག་ཉིད་ཡིན་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་ནི་བསམ་གཏན་དང་ཤེས་རབ་  
པོ། །བཙོན་འགྲུས་ནི་གཉིས་ཀའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ནམ་པར་  
གཞག་གོ། །

དེ་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་ནམས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱབ་བསོད་ནམས་  
བརྒྱུ་མཆན་ཉིད་ཅན་ཅད་ཏུ་བྱང་ཞིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་  
གཟུགས་སྤྲོ་ཆོགས་དང་ལྷན་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཀྱི་བདག་ཉིད་  
ཅན་ཀྱི་སྐྱབ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ཀྱི་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་  
ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི།

ད་ནི་རྟེན་ལ་སོགས་པའི་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་བདག་ཉིད་ཆེ་  
བར་བརྗོད་ནས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ས་གསུམ་པའི་སྐྱབས་རྫོགས་  
པར་བཤད་པ།

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་སྤོ་ཉི་མ་ལ་གནས་འོད་བྱེད་འདི། །

རང་གཏོགས་ཕྱན་ནམས་དང་ཕོ་ཡང་དག་བསལ་བྱས་ནས། །

འགྲོ་བའི་ཕྱན་པ་ནམས་པར་འཛོམས་པར་མངོན་པར་འདོད། །

ས་འོད་བྱེད་པ་བདེ་བར་གསེགས་པའི་སྤྲུལ་གྱི་ཉི་མ་ལ་གནས་པ་  
འདི་ནི་རང་གི་རྟེན་ལ་ཡོད་པའི་མི་ཤེས་པ་བདག་ཉིད་འབྱུང་བའི་  
གོགས་སུ་གྱུར་པ་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པའི་གནས་སྐབས་ཉིད་དུ་བསལ་ནས།  
ནམས་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཉི་བར་བསྟན་པ་ལས་དེ་ལས་གཞན་པ་ནམས་ཀྱིས་  
གསུམ་པ་འབྱུང་བའི་གོགས་བྱེད་པའི་ཕྱན་པ་འཛོམས་པར་འདོད་པ་  
ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ནི།

ས་འདིར་གིན་ཏུ་རྩོམ་གྱུར་གྱུར་ཁྱོ་མི་འགྱུར། །༡༩

དེ་ནི་ཉེས་པའི་ཕྱན་པ་ཡོན་ཏན་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་བཙམ་  
པས་ཉི་མ་ལྟར་ཆེས་རྩོམ་པར་འཇུག་ཏུ་ཟིན་གྱུར་སྐྱོན་དང་ལྡན་པའི་  
སྐྱེ་བོ་ལ་འཁྲུག་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། བཟོད་པ་ལ་ཆེས་ལྡན་པར་གོམས་  
པའི་ཕྱིར་དང་སྤྱིར་རྗེས་རྒྱུད་སྤུམ་པར་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དབྱེ་མ་ལ་  
འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལ། སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པའོ། །

བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བ་བཤད་པ་ལ། བཙུན་འགྲུས་ལྷག་པའི་སྒྲོ་ནས་ངོ་བོ་མདོར་  
བསྟན། སའི་མིང་དོན་དང་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སྦྱོན་པ་དང་། ཚུལ་བྱིམས་དང་། བཟོད་པའི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་  
པ་རྣམས་པས་བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་སྦྱོན་པ་ལྷག་པར་བསྟན་  
པའི་སྒྲོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་ཏེ། བཤད་པ།

ཡོན་ཏན་མ་ལྷས་བཙུན་འགྲུས་རྗེས་འགྲོ་ཞིང་། །

བསོད་ནམས་སྒྲོ་བྱོས་ཚོགས་ནི་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུ། །

བཙུན་འགྲུས་གང་ཏུ་འབར་བར་གྱུར་པ་ཡིས། །

ས་དེ་བཞི་པ་འོད་ནི་འཕྲོ་བའོ། །

དགེ་བའི་ལས་ལ་སྒྲོ་བ་དང་མི་ལྡན་པ་ལ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
ཏུ་སྦྱོན་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་འཇུག་པ་མེད་པས་ཡོན་ཏན་ཐམས་  
ཅད་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་ལ། སྤར་ཉེ་བར་བཀོད་པའི་ཡོན་ཏན་བསགས་  
པ་སྒྲོས་པ་དང་ལྡན་པ་ལ་ནི་ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པ་འཕེལ་བ་དང་  
ཐོབ་པ་སྲིད་པས་ཡོན་ཏན་ཡིན་ནོ་ཅོག་གི་རྒྱ་ནི་བཙུན་འགྲུས་ཉིད་  
ཡིན་ནོ། །ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཏུ་ནི་གོང་ཏུ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །བཙུན་  
འགྲུས་དེ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པའི་སྒྲོ་ནས་ས་གང་ཞིག་  
ཏུ་ལྷག་པར་འབར་བ་འཆང་བ་དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བཞི་  
པ་འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སའི་མིང་དོན་དང་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ལ། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
མིང་དོན་དང་། སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར། འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བརྗོད་ཅེན། མིང་འབྱུག་པའི་རྒྱ་  
མཚན་བསྟན་པའི་ཕྱིར།

དེར་ནི་བདེ་གཤེགས་སྐུ་ལ་ལྗོགས་པ་ཡི། །

བྱང་རྒྱལ་ཕྱོགས་ལྷན་བསྐྱེད་པ་ལས་སྐྱེས་བའི། །

སྒྲིབ་བ་ཟངས་ཀྱི་འོད་ལས་ལྷན་འབྱུང་བའི་། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། འདི་ལྟར་ས་འདིར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་  
ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ཀྱི་ཚས་སུམ་རུ་ཅ་བརྟན་བསྐྱེད་པ་ལས་  
སྒྲིབ་བཤད་པའི་ཟངས་ཀྱི་སྒྲིབ་བ་བས་ལྷན་པའི་སྒྲིབ་བ་འབྱུང་བར་  
འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཡང་དག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེའི་འོད་འབྱུང་བས་  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་དེ་ལ་འོད་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བའོ། །

དེ་ལ་བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཕྱོགས་ཚས་སུམ་རུ་ཅ་བརྟན་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།  
དུན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བཞི་དང་། ཡང་དག་པར་སྟོང་བ་བཞི་དང་།  
རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱང་པ་བཞི་དང་། དབང་པོ་ལྔ་དང་། སྟོབས་ལྔ་དང་།  
བྱང་རྒྱལ་གྱི་ཡན་ལག་བརྟན་དང་། འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་  
བརྟན་པ་ཞེས་བྱའོ། །

དེ་ལ་དུན་པ་ཉེ་བར་གཞག་པ་བཞི་ནི། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྐུ་དག་  
བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་ས་འོད་འཕྲོ་བ་ཅན་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ནི་བརྟན་པ་ཅན་དང་ཤེས་བཞིན་དང་དུན་པ་  
དང་ལྷན་པར་གྱུར་ནས། འཇིག་རྟེན་ལ་བརྒྱབ་སེམས་དང་ཡིད་མི་  
བདེ་བ་ཉིད་རྣམ་པར་སྟོངས་ཏེ། བང་གི་ལྷས་ལ་ལྷས་ཀྱི་རྗེས་སུ་ལྟ་

ཞིང་གནས་སོ། །བརྟུན་པ་ཅན་དང་། ཤེས་བཞིན་དང་དྲན་པ་དང་  
ལྡན་པར་གྱུར་ནས་འཇིག་རྟེན་ན་བརྟུན་སེམས་དང་ཡིད་མི་བདེ་བ་  
ཉིད་རྣམ་པར་སྤངས་ཏེ། ཕྱི་ལྷན་ལ་ལྷན་གྱི་རྗེས་སུ་ལྷ་ཞིང་གནས་  
སོ། །ནང་དང་ཕྱི་ལྷན་ལ་ལྷན་གྱི་རྗེས་སུ་ལྷ་ཞིང་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་  
བ་ནི་སྣ་མ་བཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བརྟུན་པ་ཅན་དང་། ཤེས་བཞིན་  
དང་དྲན་པ་དང་ལྡན་པར་གྱུར་ནས། ནང་གི་ཆོར་བ་རྣམས་དང་།  
ཕྱི་ཆོར་བ་རྣམས་དང་། ནང་དང་ཕྱི་ཆོར་བ་རྣམས་དང་། སྣ་མ་  
བཞིན་དུ་ནང་གི་སེམས་དང་། ཕྱི་སེམས་དང་། ནང་དང་། ཕྱི་  
སེམས་ལ་གནས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། ནང་གི་ཆོས་རྣམས་དང་། ཕྱི་  
ཆོས་རྣམས་དང་། ནང་དང་ཕྱི་ཆོས་རྣམས་ལ་གནས་སོ། །ཞེས་བྱ་བ་  
རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ཡང་དག་པར་སྤོང་བ་བཞི་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་སྟོན་པ་མི་དགེ་བའི་  
ཆོས་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་མི་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་བདུན་པ་བསྐྱེད་དེ། འབད་  
དོ། །བཙུན་འགྲུས་ཚྭ་མོ། །སེམས་རབ་དུ་འཇོག་ཏོ། །ཡང་དག་པར་  
རབ་དུ་འཇོག་གོ། །སྟོན་པ་མི་དགེ་བའི་ཆོས་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྤོང་བའི་  
ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྣ་མ་བཞིན་ནོ། །དགེ་བའི་ཆོས་མ་སྐྱེས་པ་རྣམས་  
བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྣ་མ་བཞིན་ནོ། །དགེ་བའི་ཆོས་སྐྱེས་  
པ་རྣམས་གནས་པ་དང་མི་ཉམས་པ་དང་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
ཕྱིར་ཞིང་འབྱུང་བ་དང་རབ་དུ་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་འདུན་པ་  
བསྐྱེད་དོ། །འབད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྣ་མ་བཞིན་ནོ། །



རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་བཞི་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། འདུན་པའི་ཉིང་རེ་  
འཛིན་སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་དབེན་  
པ་ལ་གནས་པ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་པ་ལ་གནས་པ། འགོག་པ་ལ་  
གནས་པ་ནམ་པར་སྤྱོད་བས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུར་བ་སྟོམ་མོ། །དེ་བཞིན་  
རུ་བཙོན་འགྲུས་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་  
རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་དང་། སེམས་གྱི་ཉིང་རེ་འཛིན་སྤྱོད་བའི་འདུ་  
བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་དང་། དཔྱད་པའི་ཉིང་རེ་  
འཛིན་སྤྱོད་བའི་འདུ་བྱེད་དང་ལྡན་པའི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་ཡང་སྟུང་མ་བཞིན་ནོ། །

དབང་པོ་ལྟ་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། དད་པའི་དབང་པོ་དབེན་པ་ལ་  
གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་རུ་བཙོན་འགྲུས་གྱི་དབང་པོ་  
དང་། དུན་པའི་དབང་པོ་དང་། ཉིང་རེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ་དང་།  
ཤེས་རབ་གྱི་དབང་པོ་དབེན་པ་ལ་གནས་པ་དང་། འདོད་ཆགས་  
དང་བྲལ་བ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །

སྟོབས་ལྟ་ནི། དེ་དག་ཉིད་མི་མཐུན་པའི་སྟོགས་པམ་པར་བྱས་པ་  
ནམས་ཡིན་ཏེ་སྟུང་མ་བཞིན་ནོ། །

བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། དེ་དུན་པ་ཡང་དག་  
བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་ལག་དབེན་པ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
སྟེ། དེ་བཞིན་རུ་ཆོས་རབ་རུ་ནམ་པར་འབྱེད་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་  
ལག་དང་། དེ་བཞིན་རུ་བཙོན་འགྲུས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་གྱི་ཡན་

ལག་དང་། དགའ་བ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཤིན་ཏུ་  
སྦྱངས་པ་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡང་  
དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་། བཏང་སྟོམས་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་ཡན་ལག་དཔེན་པ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་བ་བཞིན་ནོ། །

འཕགས་པའི་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་པ་ནི། འདི་ལྟ་སྟེ། ཡང་དག་  
པའི་ལྟ་བ་དཔེན་པ་ལ་གནས་པ། འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་ལ་  
གནས་པ། འགོག་པ་ལ་གནས་པ་རྣམ་པར་སྤྲོད་བས་ཡོངས་སུ་བརྒྱུར་  
བ་སྟོམ་མོ། །ཡང་དག་པའི་རྟོག་པར་ཡང་སྤྲུལ་བ་བཞིན་ནོ། །ཡང་དག་  
པའི་དག་དང་། ཡང་དག་པའི་ལས་ཀྱི་མཐའ་དང་། ཡང་དག་པའི་  
འཆོ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་རྩོལ་བ་དང་། ཡང་དག་པའི་དྲན་པ་  
དང་། ཡང་དག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་དཔེན་པ་ལ་གནས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
ཡང་སྤྲུལ་བ་བཞིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྦྱངས་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ནི།

ས་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྦྱོགས་སྟོམ་པ་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་  
ཟད་ཀྱི།

རང་དུ་ལྟ་བ་དང་འབྲེལ་ཡོངས་སུ་ཟད། །༡

ས་འདིར་དེའི་རང་དུ་ལྟ་བ་ཟད་པར་ཡང་འབྱུར་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ།  
ཀྱི་ཆུལ་བའི་སྦྱས་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འོད་འཕྲོ་བ་ཅན་འདི་  
ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་འཇིག་ཚགས་ལ་ལྟ་བ་སྟོན་  
དུ་འགྲོ་བའི་བདག་དང་། སེམས་ཅན་དང་། སྦྱོག་དང་། གསོ་བ་དང་།

སྐྱེས་བྱ་དང་། གང་ཟག་དང་། སྤང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆིད་  
 ལ་མངོན་པར་ཞིན་པས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་བའི་ལྷག་པར་གཡོ་བ་དང་  
 སྤལ་བ་རྣམས་དང་། རྣམ་པར་བརྟགས་པ་རྣམས་དང་། རྣམ་པར་  
 དབྱུང་པ་རྣམས་དང་། བརྟན་པར་འཛིན་པ་རྣམས་དང་། བདག་  
 གིར་འཛིན་པ་རྣམས་དང་། རྗེར་རྩ་འཛིན་པ་རྣམས་དང་། འཛིག་  
 རྟེན་གྱི་གནས་རྣམས་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དང་དེ་སྤལ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་  
 པ་ལས་འདྲ་འཕྲོ་བ་ཞེས་བྱ་བ་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཞི་པའོ། །

ལྷ་པ་སྦྱང་དཀའ་བཤད་པ་ལ། སའི་མིང་དོན་དང་། ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་གཉིས།  
དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྷ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།

བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་བདུད་རྣམས་ཀྱིས་གྱིས་ཀྱང་། །

སྦྱང་དཀའ་སྤྱོད་ལ་ལ་ལ་ལ་བར་རྒྱས་མ་ཡིན། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱོད་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ན་གནས་པའི་ལྷའི་བྱའི་  
བདུད་རྣམས་གྱིས་ཀྱང་པམ་པར་བྱ་བར་མི་རུས་ན། དེ་དག་ལས་  
གཞན་བདུད་གྱི་བཀའ་ཉན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱིས་ལྷ་ཅི་སྟོས་སོ། །  
དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་སྤྱོད་པའི་མིང་སྦྱང་དཀའ་བ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི།

བསམ་གཏན་ལྷག་ཅིང་སྟོབ་བཟང་བདེན་རང་བཞིན། །

ཞིབ་མོ་རྟོགས་ལའང་གིན་ཏུ་མཁས་པ་ཚོས། །

པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་བརྒྱལ་ས་  
བསམ་གཏན་གྱི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ཉིད་ཆེས་ལྷག་པར་འགྱུར་རོ། །  
སྟོབ་བཟང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཕགས་པ་རྣམས་སོ། །དེ་དག་གི་བདེན་པ་  
རྣམས་ནི་སྟོབ་བཟང་བདེན་པ་སྟེ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་རྣམས་ཞེས་  
བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །རང་བཞིན་ནི་རང་གི་ངོ་བོའོ། །ཤེས་པ་ཞིབ་མོས་  
ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་ཞིབ་མོ་སྟེ། དེ་ནི་

སྒོ་གྲོས་བཟང་པོའི་བདེན་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཕྱ་མོ་ཤེས་པ་ལ་  
ཆེར་མཁས་པར་འགྱུར་རོ།།

དེ་ལ་འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ནི། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཀྱན་  
འབྱུང་དང་། འགོག་པ་དང་། ལམ་ཁེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །གལ་ཏེ་  
བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བདེན་པ་ནི་གཉིས་ཁོ་ནར་བསྟན་ཏེ། འདི་ལྟ་  
སྟེ། ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་དང་། རྟོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལོ། །

རི་སྐད་དུ། ཡབ་སྐུས་མཇལ་བའི་མདོ་ལས། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་  
པས་གཞན་ལས་མ་གསན་པར། །བདེན་པ་འདི་གཉིས་ཉིད་ཀྱིས་  
བསྟན་པར་མཛད། །གང་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་བཞིན་རྟོན་དམ་སྟེ། །  
བདེན་པ་གསུམ་པ་འགའ་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དབུ་མ་ལས་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་བསྟན་པ། །བདེན་  
པ་གཉིས་ལ་ཡང་དག་བརྟེན། །འཇིག་རྟེན་ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་། །  
དམ་པའི་རྟོན་གྱི་བདེན་པ་ལོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །

དེའི་སྤྱིར་བདེན་པ་གཉིས་ལས་ཐ་དད་པར་འཕགས་པའི་བདེན་  
པ་བཞི་པོ་གཞན་ག་ལ་ཡོད་ཅེ་ན། བཤད་པ། གལ་ཏེ་ཡང་དེ་ལྟ་ཡིན་  
མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་སྤང་བར་བྱ་བ་དང་སྤང་བར་བྱ་བ་དག་རེ་  
རེའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། འདིར་  
འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་བསྟན་དོ། །དེ་ལ་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
སྤྱགས་ནི་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་ལོ། །དེའི་འབྲས་བུ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
ཀྱི་བདེན་པ་ལོ། །རྒྱ་ནི་ཀྱན་འབྱུང་གི་བདེན་པ་ལོ། །སྤང་བར་བྱ་བའི་

སྟོགས་ནི་རྣམ་པར་བྱང་བ་ཡིན་ལ། དེའི་འབྲས་བུ་ནི་འགོག་པའི་  
བདེན་པའོ། །དེ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ནི་ལམ་གྱི་བདེན་པའོ། །

དེ་ལ་སྟུག་བསྐལ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་དང་། ལམ་གྱི་བདེན་པ་ནི་  
ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པའི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་སོ། །འགོག་པའི་བདེན་པ་  
ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའི་རང་གི་ངོ་བོའོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདེན་པ་  
གཞན་གང་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཡང་ཅི་རིགས་པར་བདེན་པ་  
གཉིས་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པ་ཁོ་ནར་ངེས་པར་བྱའོ། །

ཡང་ཅི་བདེན་པ་བཞི་ལས་ཐ་དད་པའི་བདེན་པ་གཞན་ཡང་  
ཡོད་དམ་ཞེ་ན། བཤད་པ་ཡོད་དེ། ཇི་སྐད་དུ། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
ས་ལྷ་པ་ལས། འདི་ནི་སྟུག་བསྐལ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་ཡང་  
དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །འདི་ནི་སྟུག་བསྐལ་ཀྱན་  
འབྱུང་བའོ། །འདི་ནི་སྟུག་བསྐལ་འགོག་པའོ། །འདི་ནི་སྟུག་བསྐལ་  
འགོག་པར་འགྲོ་བའི་ལམ་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་ཡང་དག་  
པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །དེ་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་ལ་  
མཁས་པ་ཡིན། དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན། མཚན་  
ཉིད་གྱི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན། རྣམ་པར་དབྱེ་བའི་བདེན་པ་ལ་  
མཁས་པ་ཡིན། བྱེ་སྟེ་རྟོགས་པའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན། དངོས་  
པོའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན། རབ་དུ་སྐྱེ་བའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་  
པ་ཡིན། ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན།  
ལམ་ཤེས་པ་ལ་འཇུག་པའི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན། བྱང་རྒྱལ་

སེམས་དཔའི་སའི་གོ་རིམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆམས་སྒྱུར་བ་སྒྱུབ་པ་  
 བས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡང་དག་པར་འབྱུང་བའི་བར་  
 ཀྱི་བདེན་པ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་སེམས་ཅན་གཞན་དག་གི་  
 བསམ་པ་ཤེས་པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་ཆོམ་པར་བྱེད་པས་ཀྱུན་རྫོབ་  
 ཀྱི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །བསྐྱེད་པ་གཅིག་སྤུ་ལ་ཡང་དག་པར་  
 གཞིལ་བས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །རང་དང་  
 སྤྱི་མཆོད་ཉིད་རྟོགས་པས་མཆོད་ཉིད་ཀྱི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་  
 སོ། །ཆོས་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རྣམ་པར་གཞག་པར་རྟོགས་པ་རྣམ་པར་  
 དབྱེ་བའི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ཡུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་  
 མཆེད་ཀྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་རྗེས་སུ་རྟོགས་པས་སྤྱེ་སྤྱེ་རྟོགས་པའི་  
 བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ལྷས་དང་སེམས་ལ་གཞོན་པ་ཉམས་སུ་  
 འབབ་པས་དངོས་པོའི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །འགྲོ་བར་ཉིད་  
 མཆམས་སྒྱུར་བ་རྟོགས་པས་རབ་དུ་སྐྱེ་བའི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་  
 སོ། །རིམས་ནད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གདུང་བ་ཐམས་ཅད་ཤིན་དུ་ཞི་བས་  
 ཟད་པ་དང་མི་སྐྱེ་བ་ཤེས་པའི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །མི་གཉིས་  
 པ་མདོན་པར་བསྒྱུབས་པས་ལམ་ཤེས་པ་ལ་འཇུག་པའི་བདེན་པ་  
 རབ་དུ་ཤེས་སོ། །རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མདོན་པར་རྫོགས་པར་ཁོང་  
 དུ་ཆུད་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སའི་གོ་རིམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 མཆམས་སྒྱུར་བསྒྱུབ་པ་ནས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཡང་  
 དག་པར་འབྱུང་བའི་བར་ཀྱི་བདེན་པ་རབ་དུ་ཤེས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་

པ་ལྷ་བུའོ།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས།   སྤང་དཀའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་  
སེམས་བསྐྱེད་པ་ལྷ་པའོ།   ||



རྒྱག་པ་མངོན་རྟུ་གྱུར་པ་བཤད་པ་ལ། ལྷལ་ཅན་སའི་ངོ་པོ་མངོན་བསྟན། ལྷལ་  
སྟོང་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ། སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཁུག་བསྟུ་བ་གསུམ། དང་པོ་  
ལ། ས་དངོས་དང་། ཡོན་ཏན་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་རྒྱག་པའི་དབང་རྟུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

མངོན་རྟུ་ཕྱོགས་ལ་ར་མཉམ་བཞག་སེམས་གནས་ཏེ། །

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་ཕྱོགས་ཤིང་། །

འདི་ཉིན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེ། །

ཤེས་རབ་གནས་ལས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལྡ་པར་བསམ་གཏན་གྱི་ས་རོལ་རྟུ་  
ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཐོབ་པས་ས་རྒྱག་པར་མཉམ་པར་བཞག་  
པར་སེམས་ལ་གནས་ཤིང་། ཉིན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཟབ་མོའི་  
དེ་ཉིད་མཐོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་ཤེས་རབ་གྱི་ས་རོལ་  
རྟུ་ཕྱིན་པ་ཡོངས་སུ་དག་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི་ས་རོལ་  
རྟུ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གྱུར་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཕྱིན་  
པ་ལ་སོགས་པ་ས་རོལ་རྟུ་ཕྱིན་པ་སྤུལ་རྟུ་བྱུང་བ་དང་ལྡན་པས་ནི་  
འགོག་པ་ཐོབ་པར་མི་རུས་སོ། །

གཟུགས་བརྟན་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཁོང་རྟུ་ཆུད་པའི་ཕྱིར་  
དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
ས་ལྡ་པར་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་དང་། རྫོགས་པའི་  
སངས་རྒྱས་ཆོས་ལ་མངོན་རྟུ་ཕྱོགས་པའི་ཕྱིར་ན་ས་འདི་ལ་མངོན་རྟུ་

གྱུར་པ་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་ཤེར་སྤྱན་གྱི་ཆེ་བ་བརྗོད་པ་ནི།

ད་ནི་དེ་ལས་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚྭ་གས་རྣམས་ཤེས་རབ་ཀྱི་  
ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པ་ལ་རག་ལས་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པའི་སྤྱར། བཤད་པ།

རྒྱ་ལྷ་ཡོང་བའི་ཚྭ་གས་ཀྱན་བདེ་ལྷག་ཏུ། །

མིག་ལྷན་སྤྱོད་བྱ་གཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡི། །

ཡུལ་ཏུ་བྲིད་པ་དེ་བཞིན་འདིར་ཡང་སྒྲོམ། །

མིག་ཉམས་ཡོན་ཏན་ལྷངས་ཏེ་རྒྱལ་ཉིད་འགྲོ། །

རི་ལྷ་རྒྱེས་བྱ་མིག་དང་ལྷན་པ་གཅིག་གིས་ཡོང་བའི་ཚྭ་གས་  
མཐའ་དག་མངོན་པར་འགྲོ་བར་འདོད་པའི་ཡུལ་ཏུ་བདེ་ལྷག་ཏུ་  
བྲིད་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་ཏུ། ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པས་ཀྱང་  
དེ་ལས་གཞན་པའི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱན་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་སྤངས་  
ནས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་ས་ཀྱན་ཏུ་འོད་ཅེས་བྱ་བར་འཇོག་པར་  
འགྱུར་ཏེ། ཡང་དག་པའི་ལམ་དང་ལམ་མ་ཡིན་པ་མཐོང་བའི་རང་  
བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱར་རོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་སྤྱོད་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གང་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་པ་  
དང་། ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པ་དང་། ཚོས་གང་བཤད་པ་གསུམ། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྒྲུས་པ།

འདི་ཉིན་འབྱུང་བའི་དེ་ཉིད་མཐོང་བ་དེ། །

ཤེས་རབ་གནས་པས་འགོག་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །

ཞེས་དེ་སྐད་དུ་གང་སྤྲུལ་ན། ཅི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
ཆོས་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་མཐོང་བ་ན། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་  
འབྱུང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བར་འགྱུར་ཞེ་ན།

བཤད་པ། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་མ་རིག་པའི་ལིང་ཐོག་མཐུག་པོས་  
སྒྲིའི་མིག་མ་ལུས་པར་གཡོགས་པ་བདག་ཅག་གི་ཡུལ་དུ་ཉི་བར་  
འགྲོ་བ་མ་ཡིན་གྱི། དུག་པ་ལ་སོགས་པ་ས་གོང་མ་ལ་གནས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་ནི་འགྱུར་ཞེ་ན།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་དྲི་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་གྱི། གང་དག་  
སྟོང་པ་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བའི་མིག་སྤྲོན་མ་རིག་པའི་  
རབ་རིབ་ཀྱི་ལིང་ཐོག་འཛོམས་པས་བསྐྱུས་པ་སྒྲིའི་སྤྲོན་མ་རིག་པའི་  
རབ་རིབ་ཀྱི་ལིང་ཐོག་དང་བྲལ་བ་དྲི་མ་མེད་པ་མངའ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་དང་སངས་རྒྱས་བཙུགས་པ་ཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་ཉིད་ལ་  
ཟིན་པར་བྱའོ།

གལ་ཏེ་འཕགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་།  
འཕགས་པ་ས་བརྩུ་པ་ལ་སོགས་པ་མདོ་སྤེལ་གང་དག་འདོན་པ་དེ་  
དག་ལས་འཕགས་པ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་སྦྱོད་པའི་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཇི་ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དེ་  
ཉིད་མཐོང་བ་ཞེས་བྱ་བ་གསུང་བ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་ལུང་གི་རྗེས་  
སྤྱུ་འབྲངས་ནས་བཤད་པར་རིགས་སོ་ཞེ་ན།

འདི་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ལུང་གི་དགོངས་པར་ངེས་པར་

དཀི་ལྷ་མ་གནས་པའི་ཕྱགས་བཞི་ན་བརྗོད་པར་བྱ། །༩

ཤེས་རབ་ཀྱི་ཕ་རོལ་ཏུ་སྤྱོད་པ་ལ་སྦྱོང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཚོས་ནམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཇི་ཉྟ་བ་ཉིད་ཇི་ཉྟར་མཐོང་བ་དེ་  
ཉྟར། འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས། ལྷ་སྤྱོད་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐུན་ནས་  
དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས། རིགས་པ་དང་། ལྷ་དག་གིས་ཚོས་  
ནམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ཡང་དག་པ་ཇི་ཉྟ་བ་ཉིད་རང་བཞིན་མེད་པ་  
མཚན་ཉིད་ཅན་ཆེས་གསལ་བར་བསྟན་ཏོ། །

དེའི་མིར། ཇི་ལྟར་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྡེ་ནས། རིགས་པ་  
 དང་། ལུང་དག་གིས་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཉིད་བསྟན་པ་དེ་ཁོ་ན་ལྟར།  
 བདག་གིས་དེས་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་ལྷགས་ཇི་ལྟར་གནས་པ་བཞིན་  
 ཏུ་བརྗོད་པར་བྱའོ།

ཅི་སྟེ་རེ་ཞིག་འཕགས་པ་ལྟ་སྟབ་དེ་ཉིད་ལ་ལྟར་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་

པར་ངེས་པ་ཅི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། ལུང་ལས་ཤེས་ཏེ། ཇི་ལྟར་འཕགས་པ་  
ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས།

སྣོ་སྟོགས་བེ་ཏའི་ཡུལ་དུ་ནི། །དགོ་སྤྱོད་དཔལ་ལྡན་ཆེར་གྲགས་  
པ། །དེ་མིང་སྟུ་ཞེས་བོད་པ་སྟེ། །ཡོད་དང་མེད་པའི་སྟོགས་འཇིག་  
པ། །ང་ཡི་ཐེག་པ་འཇིག་རྟེན་དུ། །སྤྱོད་ཐེག་ཆེན་རབ་བསྟན་  
ནས། །རབ་དུ་དགའ་བའི་ས་བསྐྱབས་ཏེ། །བདེ་བ་ཅན་དུ་དེ་འགྲོའོ། །  
ཞེས་གསུངས་པ་དང་། །ཡང་འཕགས་པ་སྤྱིན་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཕྱག་བརྩ་  
གཉིས་པ་ལས་ཀྱང་། །ཀུན་དགའ་པོ། །འི་རྩ་བུ་གཞིན་ཅུ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མཐོང་ན་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི། །ང་ལྟ་ངན་  
ལས་འདས་ནས་ལོ་བཞི་བརྒྱ་ལོན་པ་ན། །སྟུ་ཞེས་བྱ་བའི་དགོ་སྤྱོད་  
དུ་གྱུར་ནས་ངའི་བསྟན་པ་རྒྱས་པར་རབ་དུ་བསྟན་ཏེ། །མཐར་ཀྱིས་  
རབ་དུ་དང་བའི་འོད་ཅེས་བྱ་བའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སུ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་དགྲ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཡེ་  
ཤེས་འབྱུང་གནས་འོད་ཅེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་འདིས་ལུང་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པར་འགྲུབ་བོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་གང་ལ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། ཉན་པ་པོའི་སྤྱོད་བརྟག་པ་དང་། དེ་  
ལ་མཉན་པར་གདམས་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཉན་པ་གསུམ་གྱི་སྣོ་ནས་སྐལ་ལྡན་གྱི་  
སྤྱོད་བརྟག་དེ་ལ་སྤྱོད་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བཞིན་སྟོན་  
པའི་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་བསྟན་བཅོས་དེ་ཡང་སྤར་གོམས་པས་རྒྱུད་ལ་

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ས་བོན་བཞག་པ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་བསྟན་པར་བྱའི། །  
གཞན་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་དེ་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ཉན་པར་བྱུང་བ་  
ཟིན་ཀྱང་། དེ་ལ་ལོག་པར་ཞུགས་པའི་བསམ་པ་དང་ལྟན་པ་ཉིད་  
ཀྱིས་དོན་མ་ཡིན་པ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་རེས་འགའ་ནི་མི་མཁས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་སྤངས་ནས་  
ངན་འགོར་འགོ་བར་འབྱུང་རོ། །རེས་འགའ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་  
ནི་མེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དེ་ལྟར་སྤྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རེས་པར་བབྱང་སྟེ།  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱིར་པ་འདེབས་པ་ལོག་པར་ལྟ་བ་སྤྱིད་  
ནས་འཕེལ་བར་བྱེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་སྟོན་པ་པོས་ལྟག་པར་མོས་པའི་  
བྱད་པར་རེས་པར་བྱས་ཏེ། ཉན་པ་པོ་རྣམས་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བ་  
བཤད་པར་བྱའོ། །

ཡང་ཅི་ལྟར་འདི་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་བསྟན་པར་འོས་སོ། །འདི་ལ་  
སྟོང་པ་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པར་བྱའོ་ཞེས་རེས་པར་དཀའ་བ་རེས་  
པར་རུས་ཤེན། དེ་ནི་སྤྱི་རོལ་གྱི་མཆན་མ་རྣམས་ཀྱིས་རེས་པར་རུས་  
པས་དེའི་རྒྱ་མཆན་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

སྐྱ་སྐྱ་སྐྱ་ལོ་ལྷན་ནའང་སྟོང་པ་ཉིད་ཐོས་ནས། །

ནང་བྱ་རབ་བྱ་དགའ་བ་ཡང་དང་ཡང་བྱ་འབྱུང་། །

རབ་བྱ་དགའ་བ་ལས་བྱུང་མཆི་མས་མིག་བརྒན་ཞིང་། །

ལྷན་གྱི་བསྐྱ་ལྟར་བར་བྱུང་བ་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ལ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་སྒྲིལ་ས་ལོན་ཡོད། །

དེ་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པའི་སྟོང་ནི་དེ་ཡིན་ཏེ། །

དེ་ལ་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན།

དམ་པའི་དོན་གྱི་བདེན་པ་བསྟན་པར་བྱ། །

གཉིས་པ་དེ་ལ་སྟོང་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་ནི།

དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་ཉན་པ་པོ་ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པ་པོའི་འབད་  
པ་འབྲས་བུ་མེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར།

དེ་ལ་དེ་ཡི་རྣམས་སྤྱའགྲོ་བའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་། །<sup>14</sup>

ཉན་པ་པོ་དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ཏུ་འཛིན་པའི་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་གིས་  
བསྐྱེད་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་དང་ལྡན་པར་མི་འགྱུར་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་  
མ་ཟད་གྱི། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཉན་པའི་རྒྱ་ཅན་ཡོན་ཏན་རྣམས་  
ཀྱང་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། དེ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཉན་པ་ལ་གཏེར་རྟེན་པ་  
དང་འདྲ་བར་སེམས་ཤིང་དེ་མི་ཉམས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

ཉག་ཏུ་སྒྲུལ་བྱིམས་ཡང་དག་ལྷངས་ནས་གནས་པར་འགྱུར། །

སྦྱིན་པ་གཏོང་བར་འགྱུར་ཞིང་སྦྱིང་རྩེ་བསྟེན་པར་བྱེད། །

བཟོད་པ་སྟོམ་བྱེད་དེ་ཡི་དགེ་བ་བྱང་རྒྱུར་བྱ། །

འགྲོ་བ་དགྲོ་ལ་བར་བྱ་བྱིར་ཡོངས་སྤྱའགྲོ་བཞུགས་བྱེད་ཅིང་། །<sup>15</sup>

རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུར་སེམས་དབའ་རྣམས་ལ་གྲས་པར་བྱེད། །

དེ་ལ་བདག་ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་བའི་རྒྱུ་གྱིས་ངན་འགྲོར་སྤང་  
 བ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་རྒྱུ་ཆད་པར་འགྱུར་དུ་འོང་ངོ་སྟེ་ལྷ་  
 རིག་ནས་ཉག་དུ་ཚུལ་བྱིམས་ཡང་དག་པར་སྤངས་ནས་གནས་སོ། །  
 བདག་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱིས་བདེ་འགྲོར་སྤྱོད་ཀྱང་དབུལ་པོར་གྱུར་ན་  
 ཟས་དང་། སྤྲོད་དང་། ཆོས་གོས་ལ་སོགས་པ་འཚོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཆོལ་  
 བ་སྤྱར་བྱེད་པས་སྟོང་པ་ཉིད་ཉན་པ་རྒྱུ་ཆད་པར་འགྱུར་དུ་འོང་  
 ངོ་སྟེ་ལྷ་ཞིང་སྤྱོད་པ་གཏོང་བར་བྱེད་དོ། །སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྷ་བ་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་ཡོངས་སུ་བེན་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་འདྲེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ཀྱི་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྤྱོད་རྒྱུ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ཁྱོད་པས་ནི་  
 ངན་སོང་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཁ་དོག་ངན་པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པས་དེའི་རྒྱུ་  
 གྱིས་འཕགས་པ་རྣམས་མཉེས་པར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་ངོ་སྟེ་ལྷ་སྤྱོད་  
 བཟོད་པ་སྤྱོད་པར་བྱེད་དོ། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཉིད་དུ་ཡོངས་  
 སུ་མ་བསྟོས་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལ་སོགས་དག་ནི་སངས་རྒྱས་ཉིད་  
 ཐོབ་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་སུ་དཔག་དུ་མེད་པ། རྣམ་པར་ཆད་པར་  
 མེད་པར་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་བས། དགེ་བའི་རྩ་བ་དེ་ཡང་འགྲོ་བ་  
 དགྲོལ་བའི་ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་དུ་རབ་དུ་བསྟོན་པར་བྱེད་དོ། །བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའ་མ་གཏོགས་པར་གཞན་དག་གིས་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
 འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་རི་ལྷ་བ་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པར་མི་རུས་སོ་  
 ལྷ་དུ་བསམས་ནས། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་  
 གུས་པར་བྱེད་དོ། །



གཉིས་པ་དེ་ལ་མཉན་པར་གདམས་པ་ནི།

དེ་ལྟར་ཡུན་རིང་པོར་བར་ཆད་མེད་པར་དག་བའི་ཚྷགས་  
གདོན་མི་བ་བར་བསགས་པར་བྱུར་ནས།

ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེན་ཆུ་ལ་ལ་མཁས་པའི་སྤྱོད་པ་ནི། །

དེ་མ་གྱིས་རབ་རྒྱ་དགའ་བའི་ལ་ནི་ཚོབ་འབྱུར་བས། །

དེ་ནི་དོན་དུ་གཉེར་བས་ལམ་འདི་མཉན་ལར་གྱིས། །

ས་རབ་རྒྱ་དགའ་བ་དོན་དུ་གཉེར་བས་ཞེས་བྱ་བའི་ཐ་ཚྷག་གོ། །  
འདི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འཆད་པར་འབྱུར་བའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཚྷས་གང་བཤད་པ་ལ་གཉིས། བདག་མེད་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་བཤད་  
པ་དང་། སྤྱོད་ཉིད་བཅུ་དྲུག་གི་སྤྱོད་ནས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདག་མེད་  
གཉིས་སོ་སོར་བཤད་པ་དང་། དོན་བསྐྱུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཚྷས་ཀྱི་བདག་མེད་  
དང་། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པའོ། །དང་པོ་ལ། ལྷང་དང་། དེགས་པ་གཉིས་ལས།  
དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་ཚྷས་རྣམས་ཀྱི་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བུ་ཉིད་བསྟན་པ་ལ་འདི་  
ནི་རེ་ཞིག་ལྷང་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་ས་བཅུ་པ་ལས། ཀྱི་  
རྒྱལ་བའི་སྤྱས་དག་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ས་ལྟ་པ་ལ་ལམ་ཤིན་དུ་  
ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་དེ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་  
དཔའི་ས་དྲུག་པ་ལ་འཇུག་སྟེ། དེ་ཚྷས་མཉམ་པ་ཉིད་བཅུས་འཇུག་གོ།

བཅུ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། ཚྷས་ཐམས་ཅད་མཚན་མ་མེད་པར་  
མཉམ་པ་ཉིད་དང་། ཚྷས་ཐམས་ཅད་མཚན་ཉིད་མེད་པར་མཉམ་

པ་ཉིད་དང་། དེ་བཞིན་རྩ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། མ་སྐྱེས་པ་དང་།  
 དབེན་པ་དང་། གདོད་མ་ནས་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། སྦྱོས་པ་མེད་  
 པ་དང་། སྤང་བ་མེད་པ་དང་། རྩོམ་བ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དང་།  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་སྦྱུ་མ་དང་། མི་ལམ་དང་། མིག་ཡོར་དང་། བྲག་ཅ་  
 དང་། རྩ་སྐྱེ་དང་། གཟུགས་བརྟན་དང་། སྦྱུ་ལ་པ་ལྟ་བུར་མཉམ་པ་  
 ཉིད་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་གཉིས་  
 སྦྱ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་  
 ལྟར་རབ་རྩ་རྟོགས་པ་ན་རྣེ་ཞིང་རྗེས་སྦྱ་མཐུན་པའི་བཟོད་པས་བྱང་  
 རྩལ་སེམས་དཔའ་ས་རྩག་པ་མདོན་རྩ་ལྟར་པ་རྗེས་སྦྱ་ཐོབ་སྟེ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་རིགས་པ་ལ་གསུམ། མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་རྒྱས་པར་དགག་པ་དང་།  
 ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་རྩ་བ་སྟན་པ་དང་། རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱེད་པའི་  
 དགོས་པ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དངོས་དང་།  
 བཀག་པ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་དམ་བཅའ་རྗེས་སྦྱ་  
 བཟོད་པ་དང་། མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དགག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་དང་།  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཆོས་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་འདིར་ཆོས་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མཉམ་པ་ཉིད་ཁོ་ན་རིགས་  
 པས་བསྟན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་མཉམ་པ་ཉིད་གཞན་བསྟན་པ་སྦྱ་བར་  
 དགོངས་ཏེ། སྦྱོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དང་པོར།

བདག་ལས་མ་ཡིན་གཞན་ལས་མིན། །གཉིས་ལས་མ་ཡིན་རྒྱ་

མེད་མིན། །དངོས་པོ་གང་དག་གང་ན་ཡང་། །སྐྱེ་བ་ནམ་ཡང་ཡོད་  
མ་ཡིན། །ཞེས་ཉེ་བར་བཀོད་པ་ཡིན་ནོ། །

ནམ་ཡང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཞར་ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གང་ན་  
ཡང་ཞེས་བྱ་བའི་སྐྱེ་འགར་ཡང་གི་སྐྱའི་ནམ་གྲངས་རྟེན་གྱི་ཆོག་གིས་  
ནི་ཡུལ་དང་རུས་དང་གྲུབ་པའི་མཐའ་བཤད་དོ། །གང་དག་གི་སྐྱེ་  
བརྟེན་པའི་ཆོག་ནི་སྐྱེ་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་བཟོད་པའོ། །

དེས་ན་སྐྱེ་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་ནམས་ནི་ཡུལ་དང་རུས་དང་  
གྲུབ་པའི་མཐའ་འགར་ཡང་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་འདི་ལྟར་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །འདིར་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡོད་པ་  
ཉིད་ཀྱི་སྐྱབ་བྱེད་རང་ལས་སྐྱེ་བ་དང་སྐྱེལ་གྱི་ཡོད་པ་དང་ནི་མ་ཡིན་  
ཏེ། དེ་དགག་པ་དོན་གྱིས་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་རུ་དམ་བཅའ་  
བ་གསུམ་ཅར་ལ་ཡང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

དམ་བཅའ་བ་བཞི་པོ་དེ་རྗེས་སུ་བཟོད་ནས་རིགས་པས་སྐྱབ་  
པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་གཞན་དག་ལས་སྐྱེ་ག་ལ་ཞིག །

གཉིས་ཀ་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་རྒྱུ་མེད་པར་ནི་ག་ལ་ཡོད། །

བདག་ལ་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་རུ་ལྷག་མ་ལ་  
ཡང་སྒྱུར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མཐའ་བཞིའི་སྐྱེ་བ་དགག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ་བཞི།

རང་དང་། གཞན་དང་གཉིས་ཀ་དང་། རྩ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་རྒྱས་པར་བཤད་  
པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་དགག་པ་དང་། ལུན་འབྱེན་གྱི་ལས་  
གཞན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། འོན་དམ་པར་རང་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་།  
ཐ་སྟངས་དུ་རང་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་དང་། བཀག་པའི་མཆུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། རང་ལས་སྐྱེ་བ་དོན་མེད་པ་དང་། རིགས་པ་དང་འགལ་བའོ། །དང་པོ་ནི།

ཡང་འདི་གང་ལས་ངེས་ཤིང་། འདི་ལྟར།

དེ་ནི་དེ་ལས་བྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །

སྐྱེས་ལར་བྱུང་པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བ་རིགས་པ་འདྲ་མ་ཡིན་ཉིད། །

དེ་ནི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པ་སྐྱེ་བའི་བྱ་བའི་བྱེད་པ་པོ་སྟེ་ལྷ་  
ལྷ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ལས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྐྱེ་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་གྱི་  
བདག་གི་ངོ་པོ་ལས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེའི་སྤྱིར་སྤྱི་གུའི་རང་གི་  
བདག་ཉིད་དེ་ཉིད་ལས་སྤྱི་གུའི་རང་གི་བདག་ཉིད་དེ་ཉིད་འབྱུང་བ་  
མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་འདིར་དམ་བཅའ་བའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

ཅེའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་སྤྱིར་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཐོབ་པ་དེ་ཉིད་  
སྤྱི་གུའི་རང་གི་བདག་ཉིད་ཡོད་བཞིན་པ་དེ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བ་ལ་  
ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པ་ཉིད་སྤྱིར་  
ཐོབ་ཟིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ལ་གཉིས། དམ་བཅའ་དང་། འཐད་པ་འགོད་  
པའོ། །དང་པོ་ནི།

བདག་ལས་སྐྱེ་བའི་སྤྱོགས་འདི་ནི་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་ཡང་

ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ་ནི།

སྐྱེས་པར་གྱུར་པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་རིགས་པ་འདྲ་མ་ཡིན་ཉིད། །

ཅེས་བྱའོ། །

གཉེས་པ་འཐད་པ་འགོད་པ་ལ་གསུམ། གྲགས་པ་དང་འགལ་ཞིང་ཐུག་མེད་  
དུ་འགྱུར་བ་དང་། མཚན་ཉིད་ཐ་དད་མི་དད་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་དང་། སྒོ་ལ་  
སྤང་མི་སྤང་མཚུངས་པར་འགྱུར་བའོ། ། དང་པོ་ནི། འདི་ནི་དམ་བཅའ་བ་ཅེས་  
ཞིག་དུ་བྱེད་པས་རིགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས།

སྐྱེས་ཟིན་སྐྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་ཡོངས་སྤྱོད་ལ་ར་འགྱུར་ན་ནི། །

ལྷ་གྲུ་ལ་སོགས་ནམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་འདིར་རྟེན་མི་འགྱུར་ཞིང་། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒོས་ཏེ། སྐྱེས་ཟིན་པའི་ས་བོན་ཡང་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་  
ནི། གང་གི་འདི་ཡང་སྐྱེ་བ་བཀག་ནས་ལྷ་གྲུ་སྐྱེ་བར་རྟེན་པར་བྱེད་  
པར་འགྱུར་བ་སྐྱར་ཡང་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་གཤམ་ཅི་ཞིག་ཡོད། དེའི་སྤྱིར་ལྷ་  
གྲུ་དང་སྤོང་བྱ་དང་སྤྱབས་འཆའ་བ་ལ་སོགས་པ་ནམས་གཏན་མི་སྐྱེ་  
བར་འགྱུར་རོ། །

གཞན་ཡང་།

ས་བོན་སྤྱིད་མཐར་བྱག་ལར་རབ་དུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། །

རི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་རྩ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། ། ཅི་སྟེ་ལྷ་གྲུ་སྐྱེ་བ་ལ་  
ཕན་འདོགས་པའི་སྐྱེན་ཆ་དང་དུས་ལ་སོགས་པ་ནམས་ནི་ས་བོན་  
ནམ་པར་འགྱུར་བར་བྱེད་ཅིང་ལྷ་གྲུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལ། ལྷ་གྲུ་དེ་ཡང་  
བྱེད་པ་པོ་དང་སྟན་ཅིག་གནས་པར་འགལ་བ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ས་བོན་

འཇིག་པར་བྱེད་ཅིང་འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ངི་སྐད་སྒྲས་པའི་  
 ཉེས་པའི་སྐབས་མེད་ཅིང་། ས་བོན་དང་མུ་གུ་དག་གཞན་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། བདག་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་མ་ན། འདི་ཡང་  
 མི་རུང་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར།

དེ་ལྟར་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་རྣམ་པར་འཇིག་པར་བྱེད་པར་འགྱུར། །

ས་བོན་དང་མུ་གུ་དག་གཞན་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། མུ་གུས་ཀྱང་  
 འདི་འཇིག་པར་བྱེད་པར་མི་རིགས་ཏེ། རང་གི་བདག་ཉིད་བཞིན་ནོ་  
 སྟེ་མ་རུ་བསམ་པའོ། །

གཉིས་པ་མཆོན་ཉིད་ཐ་དད་མི་དད་བརྟགས་ན་མི་འཐད་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

བྱེད་སྒྲུ་ས་བོན་གྱི་ལས་ཐ་དད་མུ་གུ་འདི་དབྱེབས་དང་ནི། །

ཁ་དོག་རྩ་ལྷན་མིན་པའི་ཐ་དད་ཁྱོད་ལ་མེད་པར་འགྱུར། །

དེ་ལ་དབྱེབས་ནི་རིང་པོ་དང་ལྷན་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །ཁ་དོག་ནི་  
 སེར་པོ་ལ་སོགས་པའོ། །རོ་ནི་མངར་བ་ལ་སོགས་པའོ། །རུས་པ་ནི་  
 མཐུའི་བྱང་པར་རུས་མཐུའི་བྱེ་བྲག་སྟེ། དཔེར་ན། གཞང་འབྲུམ་གྱི་  
 སྒྲན་ལུས་དང་ཉེ་བ་ཅེས་གྱིས་གཞང་འབྲུམ་སེལ་བ་དང་། ཅི་སྒྲན་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་བཅངས་པ་ཅེས་གྱི་ནམ་མཁའ་ལ་འགོ་བ་ལྟ་བུའོ། །  
 རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་རྣམས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡོངས་སུ་གྱུར་པས་ཐོབ་པར་  
 བྱ་བ་སྟེ་དཔེར་ན། དེ་དེ་ལོང་ལ་སོགས་པ་རྣམས་མངར་བ་ཉིད་རུ་  
 འགྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། །

གལ་ཏེ་ས་བོན་དང་མུ་གུ་དག་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་  
 ས་བོན་གྱི་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་ལྟར། མུ་གུ་ལ་ཡང་དབྱིབས་  
 ལ་སོགས་པ་ཐ་མི་དད་པར་དམིགས་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དམིགས་  
 པ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར། སྒོག་སྒྱུ་ལ་སོགས་པའི་ས་བོན་དག་ལས་  
 རྩུ་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་མུ་གུ་རྣམས་ལྟར་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མི་  
 རིགས་སོ། །

ཅི་སྟེ་ས་བོན་གྱི་གནས་སྐབས་བཏང་ནས་གནས་སྐབས་གཞན་  
 འཕྲོབ་པས་ས་བོན་ཉིད་མུ་གུར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནི་སྟུམ་ན། དེ་ལྟར་  
 བ་ཡང་།

གལ་ཏེ་ལྷན་གྱི་བདག་གི་དངོས་པོ་བསལ་ནས་དེ་ལས་གཞན། །

ཇོ་བོར་འགྱུར་ན་དེ་ཆེ་དེ་ཡི་དེ་ཉིད་ནི་ལྟར་འགྱུར། ། ༡༠

དེའི་དངོས་པོ་ནི་དེ་ཉིད་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་དོན་  
 ཏོ། ། རྟོག་པ་འདི་ལས་མུ་གུའི་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་  
 པས་འདིའི་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་སྟུམ་པ་ཡིན་ནོ། །

ཅི་སྟེ་ས་བོན་དང་མུ་གུ་དག་དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་ཀྱང་  
 རྣམ་ཐ་མི་དད་དོ་སྟུམ་ན། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། དབྱིབས་ལ་སོགས་པ་མ་  
 བཟུང་ན་དེ་དག་གི་རྣམ་མ་བཟུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་སློལ་སྤང་མི་སྤང་མཚུངས་པར་འགྱུར་བ་ནི།

གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱི་ས་བོན་མུ་གུ་འདིར་གཞན་མ་ཡིན་ན། །





གུ་ཞེས་བྱ་བ་མཐོང་བ་དེའི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་ས་བོན་ཟུ་གུ་  
དག་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་མི་མཐོང་སྟེ། གཅིག་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་  
ཟུ་བཞིན་དུ་འབྲས་བུ་ཡང་མཐོང་བར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་མཐོང་བ་  
ཡང་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བཀག་པའི་མཆུག་བསྟུ་བ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་སྟོགས་གཉི་ག་ལྟར་ཡང་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་རིགས་པ་  
དང་འགལ་བ།

དེ་ཕྱིར་དངོས་ལོ་བདག་ལས་འབྱུང་ཞེས་རབ་ཏུ་བརྟགས་པ་འདི། །

དེ་ཉིད་དང་ནི་འཇིག་རྟེན་དུ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༣

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་ཁྱད་པར་དུ་མ་མཐོང་པར།  
བདག་ལས་མ་ཡིན་ཞེས་སྐྱེར་སྐྱེ་བ་བཀག་པ་ཡིན་ནོ། ། གང་ཞིག་  
དངོས་པོ་རྣམས་དོན་དམ་པར་བདག་ལས་སྐྱེས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། སེམས་ཅན་བཞིན་ནོ་ཞེས་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་པ་དེའི་དོན་  
དམ་པར་ཞེས་བྱ་བའི་ཁྱད་པར་དོན་མེད་དོ་ཞེས་བསམ་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་སུན་འབྲིན་གྱི་ལམ་གཞན་བསྟུན་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

བདག་ལས་སྐྱེ་བར་འདོད་ན་བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དང་། །

ལས་དང་བྱེད་པ་ལོ་ཡང་གཅིག་ཉིད་འགྱུར་ན་དེ་དག་ནི། །

གཅིག་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ནི་བདག་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་ཁྲུང་བར། །

བྱ་མིན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བྱིར་ནོ། ། ༡༤

རི་སྐད་དུ། རྩུ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་དུ། །ནམ་ཡང་འབྲད་  
པར་མི་འགྱུར་རོ། །རྩུ་དང་འབྲས་བུ་གཅིག་ཉིད་ན། །སྦྱི་དང་བསྦྱིད་  
པ་གཅིག་དུ་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཅིག་པ་ཉིད་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། ས་དང་བུ་དག་གམ། མིག་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དག་གྲང་  
གཅིག་ཉིད་དུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་ཤིང་དེ་མེ་ཡིན་ན། །བྱིད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྦྱོན་དུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བའི་འཇིག་པ་ལས་ན། བདེན་པ་གཉིས་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
རྟོགས་པར་འདོད་པས་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་སྦྱེ་བར་ཁས་  
སྲུང་བར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཞན་སྦྱི་དགག་པ་ལ་གཉིས། དགག་པ་དངོས་དང་། ཞར་ལ་རྣམ་རིག་  
པའི་ལྷགས་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ལྷགས་སྒྲ་མ་བཟོད་པ་དང་། དེ་དགག་  
པའོ། །དང་པོ་ནི།

འདིར་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་ལས་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་ངེས་པ་ཡིན་ལ། ལྷགས་འདི་ནི་རིགས་པ་ཉིད་གྲང་ཡིན་  
ན། གང་འདི་སྐད་དུ། གཞན་དག་ལས་ལྟ་ག་ལ་ཞིག་ །ཅེས་སྒྲས་པ་དེ་  
ནི་མི་རིགས་སོ། །འདི་ལྟར་གཞན་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱུ་བཞི་པོ་རྩུ་དང་།  
དམིགས་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བདག་པོ་སྟེ། རྒྱུ་  
རྣམས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྦྱིད་པར་བྱིད་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་གསུང་  
རབ་ལ་ལྟོས་ནས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་ཡང་གཞན་ལས་སྦྱེ་བར་ཁས་

སྒང་པར་བྱའོ། །

དེ་ཁ་ཅིག་ན་རེ། རྒྱུ་རྒྱུ་ཞི་བྱེད་རྒྱ་མ་གཏོགས་པའི་རྒྱ་ལྡོ། །  
 དེ་ལ་དམིགས་པར་བྱས་ན་དམིགས་པ་སྟེ། ཅི་རིགས་པར་རྒྱུ་པར་  
 ཤེས་པ་བྱུག་གི་དམིགས་པ་ཚོས་ཐམས་ཅད་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་ལོ། །  
 སྤང་པོ་ལྷག་མ་མེད་པར་ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་འཇུག་པའི་སེམས་  
 ལས་གཞན་པའི་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་རྒྱུས་ནི་དེ་མ་ཐག་  
 པའི་རྒྱུ་ལོ། །བྱེད་རྒྱ་ནི་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ། །

གཞན་དག་ན་རེ། རྒྱུ་པར་བྱེད་པ་ནི་རྒྱ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 མཚན་ཉིད་ལས་གང་ཞིག་གང་གི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ས་པོན་གྱི་ངོ་  
 པོར་གནས་པ་དེ་ནི་དེའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་བྱ་གན་པོ་སྤང་བ་  
 ལྟར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྒྱ་ལས་རྒྱུས་བཞིན་པ་རྒྱུས་  
 ཉིན་མཁར་བ་དང་འདྲ་བའི་དམིགས་པ་གང་གིས་བསྐྱེད་པར་  
 འགྱུར་བ་དེ་ནི་དམིགས་པའི་རྒྱུ་ཏེ། རྒྱུ་བཞིན་པའི་ཚོས་གྱི་ཉིན་ཡིན་  
 ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་ངོན་ལོ། །རྒྱ་འགགས་མ་ཐག་པ་ནི་འབྲས་བུ་རྒྱུ་བའི་  
 རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། ས་པོན་འགགས་མ་ཐག་པ་རྒྱ་གྱུར་མཚུངས་  
 པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །གང་ཞིག་ཡོད་ན་གང་འབྱུང་  
 བ་དེ་ནི་དེའི་བདག་པོའི་རྒྱུ་ཡིན་ལོ་ཞེས་པ། །

ཡང་རྒྱུ་གཞན་གང་དག་ལྟར་ཅིག་རྒྱུས་པ་དང་ཕྱི་ནས་རྒྱུས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་འདི་རྒྱུས་ཀྱི་ནང་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ལོ། །  
 དབང་ཕྱུག་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་རྒྱུ་མ་ཡིན་ཏེ་དེའི་ཕྱིར། རྒྱུ་ལྡོ་པ་

ནི་ཡོད་མ་ཡིན། །ཞེས་ངེས་པར་འཇིན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གསུམ། གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་དགག་  
པ་དང་། བཀག་པས་བྱུང་བའི་དོན་དང་། བཀག་པ་ལ་ཚོད་པ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ལ་  
གཉིས། གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་ཁོ་ནར་དགག་པ་དང་། ཐ་སྙད་དུ་དགག་པའོ། །དང་པོ་  
ལ་གསུམ། རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་ཡིན་ན་ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་བཟོད། སྤྲི་བྱས་མི་མཉམ་  
ལ་རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་མི་སྤྲི་བྱས་པར་བསྟན། མཐའ་བཞིར་བརྟགས་ཏེ་འབྲས་བུ་རྒྱ་  
ལ་ལྟོས་པའི་བྱས་མི་སྤྲི་བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཏེ་ཅང་ཐལ་བ་དངོས་དང་། ཉེས་  
སྟོང་གི་ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི།

འདི་ནི་གཞན་པར་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་པ་དང་ལུང་དང་  
འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལ་རིགས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཟོད་པ།

གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གལ་ཏེ་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། །

འོ་ན་མེ་ལྷེ་ལས་ཀྱང་བྱུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །

སྟེ་གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ནི་མཐོང་བའམ་རིག་པ་  
ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་འདི་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར།  
རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་དུ། །ནམ་ཡང་འཐད་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཞན་ཉིད་ན། །རྒྱ་དང་རྒྱ་མིན་མཚུངས་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཞན་ཡང་།

ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་.....

རྒྱར་གྱུར་པ་དང་། རྒྱ་མ་ཡིན་པར་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱང་  
དངོས་པོ་འབྲས་བུར་གྱུར་པ་དང་འབྲས་བུ་མ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་



གང་ཞིག་དེས་བསྐྱེད་རྒྱས་པ་དེ་ནི་གཞན་ནའང་རྒྱུ་ཡིན་ལ། །

རྒྱད་གཅིག་གཏོགས་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་ལས་སྐྱེ་བ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲ་ནས་ལ་མོགས་ལས་དེ་ལྷ་མིན་ཞེ་ན། ། ༡༥

འདིར་འབྲས་བུ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྒྱས་པའི་དོན་ལ་གྱི་ཉི་ཤེས་སྐྱེན་ཅན་  
 ཏེ། གང་ཞིག་གང་གིས་བྱ་བར་རྒྱས་པ་དེ་ཉིད་དེའི་འབྲས་བུ་ཡིན་  
 ལ། གང་ཞིག་འབྲས་བུ་འདི་བསྐྱེད་པར་རྒྱས་པ་དེ་ནི་གཞན་ཡིན་དུ་  
 ཟིན་ཀྱང་རྒྱུ་ཡིན་ཏེ། དེས་ན་གཞན་ཉིད་ཁྱད་པར་ཅན་ཁོ་ནས་རྒྱ་  
 དང་འབྲས་བུ་དངོས་པོ་དངོས་པོ་ཡིན་གྱི། གཞན་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིས་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །

རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་ལས་ཀྱང་  
 སྐྱེ་བ་ཡིན་གྱི་རྒྱད་ཐ་དད་པར་གཏོགས་པ་ནས་གྱི་ས་བོན་ལ་སོགས་  
 པའམ། རྒྱད་གཅིག་ཏུ་གཏོགས་ཀྱང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་སྐྱད་  
 ཅིག་མ་སྤྱི་མ་ལས་ཀྱང་སྐྱད་ཅིག་མ་སྤྱི་མ་མ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་  
 ལས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

འདི་ནི་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར་གང་སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲའི་རྒྱ་ནི་སྤྱ་ལུའི་ས་  
 བོན་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་གཞན་མ་ཡིན་ལ། སྤྱ་ལུའི་ས་བོན་གྱི་འབྲས་བུ་ནི་  
 སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲའི་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི་གཞན་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ངེས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་འདི་ཀོ་གང་ལས་ཡིན་ཞེས་རེ་ཞིག་འདི་ཉིད་རྒྱ་དང་འབྲས་  
 བུ་སྤྱ་བ་འདི་ལ་འདི་བར་བྱའོ། །

སྤྱས་པ། དེས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན། ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་

ངེས་པ་མཐོང་ཞེས་བཀལ་ཞིང་བརྟགས་པ་ན། གང་གི་ཕྱིར་ངེས་པ་  
མཐོང་བ་དེའི་ཕྱིར་ངེས་པ་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཙམ་ཞིག་སྟེ་བ་  
འདིས་ནི་ངེས་པའི་རྒྱ་མ་བསྟན་པར་བཤད་ཟིན་པའི་ཉེས་པ་ཅུང་  
ཟད་ཀྱང་སྤང་བར་མི་རུས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ནི།

གཞན་ཡང་གཞན་ཉིད་སྤྱོད་མོང་བ་ཁྱད་པར་དུ་ཡོངས་སུ་མ་  
བཅད་པ་ཤིན་ཏུ་གྲགས་པ་འདི་ཉིད་འདིའི་ངི་ལྟ་བ་བཞིན་འདོད་པ་  
ལ་གཞོད་བྱེད་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

ངི་ལྟར་ནས་དང་གེ་སར་དང་ནི་ཀིང་བྱ་ཀ་ལ་སོགས་། །

སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པར་འདོད་མིན་རྒྱས་ལྟན་མིན། །

རྒྱད་གཅིག་ཁོངས་སུ་གཏོགས་མིན་འདྲ་བ་མ་ཡིན་ཉིད་དེ་བཞིན། །

སྤྱ་ལུའི་ས་ཐོན་ཡང་ནི་དེ་ཡི་མིན་ཏེ་གཞན་ཉིད་བྱིར། ། ༡༦

ངི་ལྟར་ནས་དང་། གེ་སར་དང་། ཀིང་བྱ་ཀ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པར་མི་འདོད་ཅིང་།  
སྤྱ་ལུའི་ལྷ་གྲ་བསྐྱེད་པའི་རུས་པ་དང་ལྟན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་རྒྱད་  
གཅིག་ཏུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་པ་འདྲ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྤྱ་  
ལུའི་ས་ཐོན་ཡང་དེ་ལ་ངི་སྤྱད་བཤད་པའི་ཁྱད་པར་གྱིས་ཁྱད་པར་  
ཅན་དུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་རེ་  
ཞིག་གཞན་ལ་གྲགས་པའི་གཞན་ཉིད་གྲུབ་གྲུབ་ལྟར་རྗེས་སུ་བརྗོད་  
ནས་སུན་འབྲིན་བྱས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སྔ་ཕྱི་རུས་མི་མཉམ་ལ་རྒྱ་འབྲས་དོན་གཞན་མི་སྲིད་པར་བསྟན་པ་ལ་  
གཉིས། སྔ་ཕྱི་ལ་གཞན་མི་སྲིད་པས་གཞན་སྐྱེ་མ་འཐད་པ་དང་། རུས་མཉམ་ལ་སྐྱེ་བ་  
མི་སྲིད་པས་གཞན་སྐྱེ་མི་འཐད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཉིས་སྲོང་གི་  
དཔེ་དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ད་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བྱ་དག་གི་གཞན་ཉིད་མི་སྲིད་པར་བཤད་པ།  
ཕྱ་གྲུ་ས་བོན་དང་ནི་རུས་མཉམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །

གཞན་ཉིད་མེད་པར་ས་བོན་གཞན་ལ་ཉིད་རྒྱ་གཡ་འགྱུར། །

དེས་ན་ཕྱ་གྲུ་ས་བོན་ལས་སྐྱེ་འགྱུར་ལར་འགྱུར་མིན་པས། །

གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བའི་སྟོགས་འདི་གཏོང་བར་བྱོས། །<sup>17</sup>

འདི་ན་བྱམས་པ་དང་ཉེར་སྤྲས་ཡོད་བཞིན་པ་དག་ཁོ་ན་པན་  
ཚུན་ལྟོས་ནས་གཞན་ཉིད་རུ་མཐོང་གི། །ས་བོན་དང་ཕྱ་གྲུ་དག་ནི་དེ་  
ལྟར་ཅིག་ཅར་དམིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། །ས་བོན་རྣམ་པར་མ་གྱུར་  
པར་ཕྱ་གྲུ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །གང་གི་ཆོ་དེ་ལྟར་ས་བོན་དང་རུས་  
མཉམ་རུ་ཕྱ་གྲུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་ས་བོན་ལ་ཕྱ་གྲུ་ལས་  
གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། །གཞན་ཉིད་མེད་ན་གཞན་ལས་ཕྱ་གྲུ་  
སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གཞན་ལས་སྐྱེའོ་  
ཞེས་བྱ་བའི་སྟོགས་འདི་གཏང་བར་བྱའོ། །

དོན་འདི་ནི། དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། །རྐྱེན་ལ་སོགས་  
པ་ཡོད་མ་ཡིན། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་མིན་ན། །གཞན་ཀྱི་དངོས་  
པོ་གཡ་ཡོད། །ཅིས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །འདིར་རྐྱེན་ལ་སོགས་ལ་ཞེས་



བྱ་བ་ནི་རྒྱལ་མ་རྒྱུན་དག་གམ། རྒྱ་དང་རྒྱུན་གྱི་ཚྭ་གས་པའམ་དེ་ལས་  
གཞན་ཡང་རུང་སྟེ། རང་བཞིན་རྣམ་པར་མ་གྱུར་པ་ན་འབྲས་བྱ་  
རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་སྟེ་མ་རྒྱུས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེ་མེད་ན་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །གང་ཡོད་པས་ན་ཡོད་པའི་མཚན་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་བདུན་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཚེ་གཞི་ཡིན་པ་དེའི་ཚེ་ན་འབྲས་བྱ་  
རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་རྒྱུན་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་འཁར་གཞོང་དང་རྒྱ་  
ཤུག་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །གང་ཞིག་གང་ན་  
མེད་པ་དེ་ནི་དེ་ལས་རྒྱུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་བྱེ་མ་དག་ལ་ཉིལ་  
མར་བཞིན་ཏེ།

ཅི་སྟེ་དེ་ནི་མེད་པར་ཡང་། རྒྱུན་དེ་དག་ལས་རྒྱུ་འགྱུར་ན། རྒྱུན་  
མ་ཡིན་པ་དག་ལས་ཀྱང་། ཅི་ཡི་ཕྱིར་ན་རྒྱུད་མི་འགྱུར། ཞེས་ངེ་སྐད་  
གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྟེན་གྱི་ཕྱོགས་འདི་ནི་སློབ་དཔོན་  
ཉིད་ཀྱིས་ཚྭ་གས་སུ་བཅད་པ་སྟུར་བ་ཁོ་ནས་ཆེས་ལེགས་པར་རྣམ་  
པར་བྱེ་བས་ཉེ་བར་མ་བཞོད་དོ། །

གཉིས་པ་ཉེས་སྤང་གི་དཔེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། ཉེས་སྤོང་གི་དཔེ་དང་། དེ་  
དགག་པའོ། །དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྲས་པ། ལྷ་གྲུ་ས་བོན་དང་ནི་དུས་མཉམ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཏེ། ཞེས་གང་སྤྲས་པ་དེ་ནི་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་སྤང་མདའི་  
མཐོན་དམན་དག་དུས་གཅིག་ཉིད་དུ་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། ས་བོན་

འགག་བཞིན་པ་ན་མུ་གུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ།།

འདི་ལྟར་གང་ཁོ་ནའི་ཆོས་ཐོན་འགག་པ་དེའི་ཆོས་ཐོན་རུས་གཅིག་ཉིད་རུ་མུ་གུ་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ས་ཐོན་འགག་པ་དང་མུ་གུ་སྐྱེ་བ་གཉིས་རུས་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ས་ཐོན་དང་མུ་གུ་དག་གྲང་རུས་མཉམ་པར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཕྱིར་གཞན་ཉིད་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། སྤྲུལ་པ་ནི།

རྒྱུ་ལྟར་སྤང་གི་མདའ་གཉིས་མཐོ་བ་དང་ནི་དམའ་བ་དག །

རུས་མཉམ་མ་ཡིན་པར་ནི་མིན་པར་མཐོང་བ་དེ་བཞིན་བྱ། །

བསྐྱེད་པར་བྱ་དང་སྐྱེད་བྱེད་དག་གི་སྐྱེ་འགག་འགྱུར་ཞེ་ན། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་མེད་དོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དཔེ་དོན་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེའི་ལན་དགག་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟ་ན་ཡང་།

གལ་ཏེ་གཅིག་ཆེ་ཡིན་ན་འདིར་རུས་གཅིག་མེད་དེ་ཡོད་མིན། །༡༥

གལ་ཏེ་སྤང་གི་དཔེས་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་དང་། སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་གཉིས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་དང་། འཇིག་པ་རུས་གཅིག་ཏུ་རྟོག་ན་དེ་མི་རུང་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་ཡང་སྤང་གི་དཔེར་མཐོ་དམན་རུས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དཔེ་ལས་བྱུང་བའི་དོན་དངོས་པོ་ལ་རུས་གཅིག་པ་ཉིད་མེད་པས་འདི་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི།

དི་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་སྒྲིབ། བཤད་པ།

གལ་ཏེ་སྒྲིབ་ཞིན་པ་དེ་སྒྲིབ་ལ་སྒྲིགས་པས་ཡོད་མིན་ཞིབ། །

འགག་བཞིན་པ་ནི་ཡོད་ཀྱང་འདིག་ལ་སྒྲིགས་པར་འདོད་ཀྱར་བ། །

དེ་ཆེ་འདི་ནི་དེ་ལྟ་བུར་ན་སྒྲིབ་དང་མཚུངས་པ་ཡིན། །

དེ་ལ་སྒྲིབ་ཞིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིབ་པ་ལ་མངོན་དུ་སྒྲིགས་པས་མ་  
འོངས་པ་ཡིན་ལ། འགག་བཞིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འགག་པ་ལ་མངོན་  
དུ་སྒྲིགས་པའི་སྒྲིབ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྒྲིབ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
ཉིད་མ་སྒྲིས་པའི་སྒྲིབ། སྒྲིབ་པ་ཡིན་ལ། ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ད་ལྟར་བ་ཡིན་  
པས་འགག་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་འདི་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་དེ་  
ལྟར་སྒྲིབ་དང་མཚུངས་པར་འགྱུར། །སྒྲིབ་མདའ་གཉིས་ལ་ནི་ད་ལྟར་  
བ་ཡིན་པའི་སྒྲིབ། མཐོང་མཐོང་གི་བྱ་བ་དག་དུས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡོད་  
གི་ས་བོན་དང་ཟུ་གུ་ད་ལྟར་བ་དང་མ་འོངས་པ་དག་ལ་ནི་དུས་  
གཅིག་མེད་པས་འདི་ནི་སྒྲིབ་དང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ལན་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྒྲིབ་ཆོས་དག་དུས་གཅིག་པ་ཉིད་མེད་མོད་གྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
དེའི་བྱ་བ་དག་ལ་དུས་གཅིག་པ་ཉིད་ཡོད་དོ་སྟུང་ན་དེ་ཡང་མི་རུང་  
སྟེ། དེ་དག་གི་བྱ་བ་ཆོས་ལས་ཐ་དད་པར་ཁས་མ་སྤངས་པའི་སྒྲིབ་  
རོ། །གཞན་ཡང་།

སྒྲིབ་པ་འདི་ནི་བྱེད་པ་མེད་པར་རིགས་པའི་རྩ་བོ་འདམ་མིན། །༡༧

སྒྱེ་བའི་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེའི་བྱེད་པ་པོ་ཟུ་གུ་ནི་མ་འོངས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །དེ་མེད་ན་ཡང་རྟེན་མེད་  
པར་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ནི་འགག་པ་དང་  
རྟུས་གཅིག་པར་ཅི་ལྟར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བྱ་བ་དག་རྟུས་གཅིག་པ་  
ཉིད་རུ་མི་རིགས་པ་ཁོ་ནསོ། །

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་མ་སྒྱེས་པ། །འགའ་ཞིག་གང་ན་ཡོད་ཀྱང་ན། །  
དེ་ནི་སྒྱེ་འགྱུར་དངོས་པོ་དེ། །མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྒྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

འདིའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཟུ་གུ་ཞེས་བྱ་བའི་དངོས་པོ་མ་སྒྱེས་  
པ་འགའ་ཞིག་སྒྱེ་བའི་སྤྲོ་རྒྱུ་རུ་འགའ་ཞིག་ན་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་  
དེ་སྒྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། སྒྱེ་བའི་སྤྲོ་རྒྱུ་ནི་འགའ་ཡང་འགའ་  
ཞིག་ན་ཡོད་པར་བཞག་པར་མི་རུས་ཏེ། མ་སྒྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་སྒྱེ་བའི་བྱ་བའི་རྟེན་དངོས་པོ་སྒྱེ་བའི་སྤྲོ་རྒྱུ་མེད་ན་སྟེ་མི་  
བདོག་ན་ཅི་ཞིག་སྒྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྲོ་  
དངོས་པོའི་བྱེད་པར་ཡིན་པས་གཞི་མཐུན་ནོ། །དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་  
ནི་བདུན་པའོ། །མེད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དངོས་པོའི་བྱེད་པར་རོ། །  
ཅི་ཞིག་གི་སྤྲོ་ནི་སྒྱེ་བར་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་སྒྱུར་བར་བྱ་སྟེ།  
དངོས་པོ་དེ་མེད་ན་ཅི་ཞིག་སྒྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་སྒྱེ་བར་  
མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །

གལ་ཏེ་སྤང་མདའི་མཐོན་དམན་གྱི་ཚུལ་གྱིས་སྤང་ཅིག་གང་ཁོ་

ན་ལ་ས་བོན་འགག་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཟུ་གུ་སྐྱེའོ་ཞེས་འཕགས་པ་སྤྱ་ལུ་  
ལྷང་པའི་མདོ་ལས། སྤང་གི་དཔེ་འདི་ཉི་བར་བཀོད་པ་མ་ཡིན་ནམ་  
ཞེན། ཉི་བར་བཀོད་པ་ནི་བདེན་མོད་ཀྱི། དེ་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར་མ་ཡིན་ཞིང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེ་བ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

འོ་ན་ཅི་ཞེན། ཅིག་ཅར་དུ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་བརྟགས་པར་  
ཀྱབ་པ་སྐྱེ་མ་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར།

རི་སྐད་དུ། ས་བོན་ཞིག་དང་མ་ཞིག་ལས། །ཟུ་གུ་འབྱུང་བ་མ་  
ཡིན་པ། །ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །སྐྱེ་མ་འབྱུང་བ་བཞིན་དུ་  
གསུངས། །ཞེས་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་དུས་མཉམ་ལ་སྐྱེ་བ་མི་སྲིད་པས་གཞན་སྐྱེ་མི་འཐད་པ་ནི།

འདིར་སྒྲས་པ། ས་བོན་དང་ཟུ་གུ་དག་ཅིག་ཅར་བ་ཉིད་མེད་  
པས་གཞན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་ན། གང་དུ་ཅིག་ཅར་  
བ་ཉིད་ཡོད་པ་དེར་གཞན་ཉིད་ཡོད་པས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ།  
དཔེར་ན། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་དེ་དང་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་  
ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལྟ་བུའོ། །མིག་དང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་  
དག་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་ལྟན་ཅིག་འབྱུང་བ་རྣམས་དུས་མཉམ་  
ཁོ་ནར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །  
མིག་ལ་སོགས་པ་དག་དང་སེམས་ཀྱང་དུས་མཉམ་ཁོ་ནར་ཚོར་བ་  
ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁྱེན་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲུའོ། །དེ་ནི་ཡོད་པ་

མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་མིག་གི་སྒོ་ལ་རང་གི་སྟེང་བྱེད་དུས་གཅིག་པ། །

མིག་ལ་སོགས་དང་ལྷན་ཅིག་འབྱུང་བ་འདྲ་ཞེས་ལ་སོགས་ལས། །

གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་ཡོད་ལ་འབྱུང་བས་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། །

ཅི་སྟེ་དེ་མེད་ཅི་ན་འདི་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །༡༠

གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་འདྲ་ཤེས་ལ་སོགས་པ་དུས་  
མཉམ་པ་རྣམས་མིག་གི་སྒོ་ད་ལྟར་བའི་སྟེན་ཉིད་དུ་འདོད་ན་དེའི་  
ཆོ་ཡོད་པ་ནི་དེ་ལ་སྟོས་པའི་གཞན་ཉིད་དུ་འགྱུར་མོད་གྱི་ཡོད་པ་ལ་  
འབྱུང་བས་དགོས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་པས་སྟེ་བ་མེད་དོ། །

ཅི་སྟེ་སྟེ་བ་མེད་པ་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་འདོད་ནས་དེ་ཡོད་པ་  
ཉིད་དུ་ཁས་མི་ལེན་ན་ནི། དེའི་ཆོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒོ་ལས་  
མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་ཉེས་པ་བཤད་  
ཟིན་པ་ཁོ་ནའོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་གཞན་ལས་སྟེ་བར་འདོད་པ་ན་  
གཞན་ཉིད་སྲིད་ཀྱང་སྟེ་བ་མི་སྲིད་ལ་དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་གཉི་ག་མི་  
སྲིད་ཅིང་། སྟེ་བ་སྲིད་ཀྱང་གཞན་ཉིད་མི་སྲིད་པ་དེ་མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར།  
གཉིས་ཀ་ཡང་མི་སྲིད་པས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ལ་གྱི་དོན་གྱི་སྟོང་པས། སོང་སོང་ནས་  
སྒྲ་ཙམ་འབའ་ཞིག་ལུས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རྟོགས་པ་འདི་ནི་མི་  
རུང་དོ། །

གསུམ་པ་མཐའ་བཞིར་བརྟགས་ཏེ་འབྲས་བུ་རྩུ་ལ་སྟོས་པའི་དུས་མི་སྲིད་པ་ནི།

ད་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་ལས་རྒྱ་ལ་ལྟོས་པའི་དུས་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་བསྐྱེད་བྱ་གཞན་བསྐྱེད་པ་དེ་རྒྱ་ཡིན་ན། །

ཡོད་པ་འཕ་ལོན་ཏེ་མེད་དང་གཉི་གའི་གཉིས་བྲལ་ཞིག་བསྐྱེད་བྱང་། །

ཡོད་ན་སྐྱེད་བྱེད་ཅི་དགོས་མེད་ལའང་དེས་ནི་ཅི་ཞིག་བྱ། །

གཉིས་ཉིད་ལ་དེས་ཅི་བྱ་གཉིས་དང་བྲལ་ལའང་དེས་ཅི་བྱ། ། ༡༡

ཞེས་བྱ་བ་ནི། རེ་ཞིག་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་བསྐྱེད་བྱ་ཡོད་པར་  
ཁྱུར་པའི་སྐྱེད་བྱེད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། སྐྱེས་པར་ཁྱུར་པ་སྐྱར་ཡང་སྐྱེད་  
པར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ཉིད། ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ཉེས་པ་  
བཤད་ཟིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལ་རྒྱུན་དག་གིས་དགོས་  
པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ། །བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་  
ཁྱུར་པ་ལ་ཡང་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་དེ་དག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། བོང་བུའི་  
རྩ་ལྟར་མེད་པའི་ཕྱིར་དུ། ཇི་སྐྱེད་དུ།

འབྲས་བུ་ཡོད་པར་གང་འདོད་དང་། །འབྲས་བུ་མེད་པར་གང་  
འདོད་ལ། །ཕྱིམ་གྱི་དོན་དུ་ཀ་བ་སོགས། །བརྒྱན་པའི་དོན་ཡང་མེད་  
པར་འགྱུར། །ཞེས་བཤད་དོ། །

དབུ་མ་ལས་ཀྱང་། འབྲས་བུ་ངོ་བོ་ཉིད་ཡོད་ན། །རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་  
སྐྱེད་པར་བྱེད། །འབྲས་བུ་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་ན། །རྒྱས་ནི་ཅི་ཞིག་སྐྱེད་  
པར་བྱེད། །སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །རྒྱ་ཉིད་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
རྒྱ་ཉིད་འཐད་པ་ཡོད་མིན་ན། །འབྲས་བུ་གང་གི་ཡིན་པར་འགྱུར། །

ཞེས་གསུངས་སོ། །གཉིས་ཉིད་ཡིན་པར་དེ་ལ་རྒྱུན་རྒྱུས་ཀྱིས་ཅི་  
 ཞིག་བྱ་སྟེ། བཤད་ཟིན་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
 གཉིས་ཀྱི་དངོས་པོ་ནི་གཉིས་ཉིད་ཡིན་ཞིང་གཉིས་ཉིད་ལ་ཡོད་པ་  
 ནི་གཉིས་ཉིད་དོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཅན་ཉིད་ནི་དུས་  
 གཅིག་གི་ཆོ་གཅིག་ལ་སྤྱིད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས། དེའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
 སྤྱིར་དེ་ལ་སྤྱིད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུ་དག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ། ཇི་སྐད་དུ་  
 བསྟན་བཅོས་ལས།

ཟུང་ན་འདས་པ་དངོས་པོ་དང་། །དངོས་མེད་གཉིས་ཀར་རི་  
 ལྟར་འགྱུར། །དེ་གཉིས་གཅིག་ལ་ཡོད་མིན་ཏེ། །སྤང་བ་དང་ནི་ཐུན་  
 པ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

བྱེད་པ་པོར་གྱུར་མ་གྱུར་དང་། །གྱུར་མ་གྱུར་དེ་མི་བྱེད་དོ། །ཡིན་  
 དང་མ་ཡིན་གྱུར་ཅིག་ལ། །ཕན་ཚུན་འགལ་བས་ག་ལ་ཞིག །ཅེས་  
 གསུངས་སོ། །གཉི་ག་དང་བྲལ་བ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན་པའི་འབྲས་བུ་གང་ཡིན་པ་གཉིས་ཀ་དང་བྲལ་བ་དེ་ལ་ཡང་  
 རྒྱུ་དེ་དག་གིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ། ཡོད་པ་དང་མེད་པའི་ངོ་བོ་སྤངས་  
 པའི་འབྲས་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་  
 ཉིད་མི་སྤྱིད་ན་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞེས་དེ་  
 དག་བཀག་པས་རུང་ཟད་ཀྱང་ཁྱད་པར་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཆོ་  
 འདི་གཉི་ག་མ་གྱུབ་པ་དེའི་ཆོ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་མེད་པ་ཡང་མ་



ཡིན་པ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ། །རི་སྐད་དུ།

དངོས་མིན་དངོས་པོ་མེད་མིན་པ། །མྱ་ངན་འདས་པར་གང་སྟོན་  
པ། །དངོས་མེད་པ་དང་དངོས་པོ་དག །ཁྱུ་བ་ན་དེ་ནི་འགྲུབ་པར་  
འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ཐ་སྟད་དུ་གཞན་སྐྱེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། རྩོགས་སྒྲ་མ་དང་། དེ་དགག་  
པསོ། །དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་རབ་དུ་གྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རིགས་པ་གང་དང་  
གང་སྐྱས་པ་དེ་དང་དེ་ནི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་མར་གྱིས་བྲན་པ་ལྟར།  
ཁྱོད་གྱི་སྒྲོའི་མེས་མ་ལུས་པར་བསྐྱེགས་པས། ཁྱོད་གྱི་ཤེས་རབ་གྱི་  
མེས་སྒྲོར་བ་ལྟར་བྱེད་པའི་རིགས་པའི་བྱད་ཤིང་བསྐྱེལ་བས་ཆོག་གོ།

གལ་ཏེ་རིགས་པ་ཉེ་བར་མ་བསྟན་པར་བརྗོད་པར་འདོད་པའི་  
དོན་གྲུབ་པར་མི་འགྱུར་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ། །དོན་གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས། གྲུབ་པ་དེར་ནི་རིགས་པས་  
ཅི་ཡང་བྱ་བ་མེད་དེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐོང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་  
ལྡན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་སྐྱས་པ།

གང་གིས་རང་ལྟ་ལ་གནས་འཇིག་རྟེན་ཆད་ཅུང་འདོད་པས་ན། །

འདིར་ནི་རིགས་པ་སྐྱས་པ་ཉིད་གྱིས་ལྟ་གོ་ཅི་ཞིག་བྱ། །

གཞན་ལས་གཞན་འབྱུང་བ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ལ་ཡིས་རྟོགས་འགྱུར་ཏེ། །

དེས་ན་གཞན་ལས་སྐྱེ་ཡོད་འདིར་ནི་རིགས་པ་ཅི་ཞིག་དགོས། །༡༡

འཇིག་རྟེན་པ་ནི་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལྟ་བུ་ཁོ་ན་ལ་གནས་པ་ན་

ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཞིང་གཞན་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བར་ལྟ་བ་  
 ཡང་ཡིན་ལ། རིགས་པ་ཉི་བར་འགོད་པ་ཡང་དངོས་པོ་མངོན་སུམ་  
 མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་ལ་ནི་འོས་ཀྱི་མངོན་སུམ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
 འཐད་པ་མེད་པར་ཡང་དངོས་པོ་རྣམས་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་  
 ཁོ་ན་འོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། གཞན་སྐྱེས་གྲུབ་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དཔྱད་རའི་  
 སྐབས་སུ་མི་གཞོད་པ་དང་། གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་པ་ལའང་མ་གྲུབ་པའོ། །  
 དང་པོ་ལ་གཉིས། ཞར་བྱང་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་གཞག །དུས་མ་འཇིག་རྟེན་  
 གིས་མི་གཞོད་པར་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་རྒྱུར་  
 བསྟན། སོ་སོའི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཞར་ལ་  
 མཐོང་བ་བརྟན་པའི་དབྱེ་བ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

གང་ཞིག་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མ་རྟོགས་  
 ཤིང་ཐོག་མ་མེད་པའི་འཁོར་བར་དངོས་པོའི་བག་ཆགས་གཞག་པ་  
 ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པ། དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་མཛའ་བོ་དང་  
 བྲལ་བར་ཐོས་པ་མི་བཟོད་པས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པའི་དོལ་  
 ཐབས་ལ་བརྟེན་པ་འདི་ནི། འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱང་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་  
 ཞིང་རྒྱ་ཆེ་བ་མ་བཤད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཞོད་པའི་སྒྲ་དོལ་ལས་  
 བསྐྱོག་པར་མི་རུས་པས། འཇིག་རྟེན་གྱི་གཞོད་པའི་ཡུལ་བྱང་པར་  
 ཅན་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རེ་ཞིག་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
 གཞག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

དངོས་ཀྱི་ཡང་དག་བརྒྱན་པ་མཐོང་བ་ཡིས། །

དངོས་ཆེད་དོ་ལོ་གཉིས་ཉི་འཛིན་པར་འགྱུར། །

ཡང་དག་མཐོང་ཕྱི་ལ་གང་དེ་དེ་ཉིད་དེ། །

མཐོང་བ་བརྒྱན་པ་ཀྱན་ཚོའ་བདེན་པར་གསུངས། །༡༡

འདི་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་བོ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
མཐུན་པ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས། འདུ་བྱེད་དང་  
མྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་ནང་དང་ཕྱི་རོལ་གྱི་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རང་  
གི་ངོ་བོ་རྣམ་པ་གཉིས་ཉི་བར་བསྟན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ཀྱན་ཚོའ་དང་།  
དོན་དམ་པའོ། །

དེ་ལ་དོན་དམ་པ་ནི་ཡང་དག་པར་གཟིགས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡི་  
ཤེས་ཀྱི་བྱེད་པར་གྱི་ཡུལ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་གི་ངོ་བོ་ཆེད་པ་ཡིན་གྱི།  
རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ནི་ངོ་བོ་གཅིག་  
ཡིན་ནོ། །གཞན་ནི་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱི་ལིང་ཐོག་  
གིས་སྒོའི་མིག་མ་ལུས་པར་ཁེབས་པ་རྣམས་ཀྱི་མཐོང་བ་བརྒྱན་  
པའི་སྟོབས་ལས་བདག་གི་ཡོད་པ་ཆེད་པ་ཡིན་ཏེ། བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
མཐོང་བའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་ངེ་ལྟ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་དུ་རང་  
གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རང་  
བཞིན་དེ་གཉིས་འཛིན་པ་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་དེ་གཉིས་ལས་ཀྱང་  
མཐོང་བ་ཡང་དག་པའི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་ཉིད་དེ། དེ་ནི་  
དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ནི་

བཤད་པར་བྱའོ། །མཐོང་བ་བརྟུན་པའི་ཡུལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཀུན་  
རྫོགས་ཀྱི་བདེན་པ་འོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་མཐོང་བ་བརྟུན་པའི་དབྱེ་བ་བརྟུན་པ་ལ་གཉིས། མཐོང་བ་  
བརྟུན་པའི་རབ་དབྱེ་དངོས་དང་། དེ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་པས་མི་གནོད་པར་བརྟུན་  
པ་འོ། །དང་པོ་གཉིས། ཡུལ་ཅན་དང་། ཡུལ་གྱི་སློན་ནས་དབྱེ་བ་འོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་རྣམས་པར་གཞག་ནས། མཐོང་  
བ་བརྟུན་པ་རྣམས་ལ་མཐོང་བ་ཡང་དག་པ་དང་། བརྟུན་པ་ཉིད་  
ལས་གཉིས་ཉིད་ཡོད་པས་དེས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་དོན་དང་། ཤེས་  
པ་གཉིས་ཉིད་བརྟུན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

མཐོང་བ་བརྟུན་པ་འབྲས་པ་གཉིས་འདོད་དེ། །

དབང་པོ་གསལ་དང་དབང་པོ་སྟོན་ལྟ་ནོ། །

སྟོན་ལྟ་དབང་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ནི། །

དབང་པོ་ལེགས་གྱུར་ཤེས་སྟོན་ལོག་པར་འདོད། །༡༥

དེ་ལ་དབང་པོ་གསལ་བ་ཅན་ནི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་ཞིང་མིག་  
སེར་ལ་སོགས་པས་ཉམས་པར་མ་བྱས་པ་དང་། རྣམས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱི་  
རོལ་གྱི་ཡུལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་འཇིག་པ་རྣམས་སོ། །སྟོན་དང་ལྟ་  
པའི་དབང་པོ་ཅན་རྣམས་ནི་དེ་ལས་བསྐྱེད་པ་དག་ལོ། །དེ་ལ་དབང་  
པོ་ལེགས་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་ལ་སྟོན་ནས་སྟོན་དང་ལྟ་  
པའི་དབང་པོ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ལོག་པར་ཤེས་  
པར་འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ལ་གཉིས། ཡུལ་ལ་བདེན་བརྟུན་གཉིས་སུ་སྒྱིར་  
དབྱེ་བ་དང་། ཡུལ་བརྟུན་པའི་དབྱེ་བ་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།

རི་ལྟར་འདི་དག་གི་ཤེས་པ་སྒྱིན་ཅི་ལྟག་པ་དང་། སྒྱིན་ཅི་མ་ལྟག་  
པ་ཉིད་གྱི་སྒྲོ་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རུ། ཡུལ་ཡང་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བརྟུན་པའི་སྒྱིར་བཤད་པ།

གཞོད་པ་མེད་པའི་དབང་པོ་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས། །

གཞུང་བ་གང་ཞིག་འདི་གཉིད་ཀྱིས་རྟོགས་ཏེ། །

འདི་གཉིད་ཉིད་ལས་བདེན་ཡིན་ལྟག་མ་ནི། །

འདི་གཉིད་ཉིད་ལས་ལོག་པར་རྣམ་པར་གཞག །༡༥

དེ་ལ་རབ་རིབ་དང་། མིག་སེར་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། ད་རུ་ར་  
ཟོས་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ནི་དབང་པོ་ལ་གཞོད་པའི་སྒྱིན་ནང་ན་  
ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །ཏིལ་མར་དང་། རྩ་དང་། མེ་ལོང་དང་། བྲག་ཕྱག་ལ་  
སོགས་པ་ནས་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་དང་། ཉི་མའི་འོད་  
ཟེར་ཡུལ་དང་། རུས་ཁྱད་པར་ཅན་དང་། ཉེ་བར་འགྱུར་བ་ལ་སོགས་  
པ་རྣམས་ནི་དབང་པོ་ལ་གཞོད་པའི་སྒྱིན་སྤྱོད་ལ་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ།  
དེ་དག་ནི་དབང་པོ་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ནང་ན་ཡོད་པ་དག་མེད་  
པར་གཞུགས་བརྟུན་དང་བྲག་ཅ་དང་སྒྲིག་རྩུ་ལ་རྩུ་ལ་སོགས་པར་  
འཛིན་པའི་རྒྱར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་རུ་མིག་འཕྲུལ་མཁན་ལ་སོགས་  
པར་རབ་རུ་སྒྱུར་བའི་སྒྲགས་དང་སྒྲན་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་ཤེས་  
པར་བྱའོ། །ཡིད་གྱི་གཞོད་པར་བྱེད་པ་ནི་དེ་དག་དང་ཡང་དག་པ་

མ་ཡིན་པས་བྱས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། རྗེས་  
སྤྱད་པའི་ལྷན་སྒྲུབ་བ་དག་སྟེ། མི་ལམ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་  
པར་གཞག་པ་ནི་འཆད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྷན་འཛིག་  
རྟེན་གྱིས་དབང་པོ་ལ་གཞོན་པའི་རྒྱུ་རྗེ་སྐད་དུ་བཤད་པ་མེད་  
པར་དབང་པོ་དུག་ཅར་གྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བའི་དོན་རྟོགས་པ་དེ་ནི་  
འཛིག་རྟེན་ཉིད་ལས་བདེན་པ་ཡིན་གྱི་འཕགས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་དབང་པོ་རྣམས་  
ལ་གཞོན་པ་ཡོད་པ་ན་ཡུལ་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སྒྲུབ་བ་དེ་ནི་འཛིག་  
རྟེན་ཉིད་ལ་ལྟོས་ནས་ལོག་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་བརྟན་པའི་དབྱེ་བ་བྱེ་བྱག་དུ་བཤད་པ་ནི།

ད་ནི་བཤད་ཟིན་པའི་དོན་ཉིད་དཔེར་བརྗོད་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཉེ་  
བར་བརྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

མི་ཤེས་གཉིད་ཀྱིས་རབ་བརྟུང་བྱ་སྟེགས་ཅན། །

རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་ནི་བཞིན་བརྟགས་པ་དང་། །

རྒྱ་མ་ཕྱིན་རྒྱ་སོགས་ལ་བརྟགས་པ་གང་། །

དེ་དག་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་མིན་ཉིད། །༡༥

ལུ་སྟེགས་ཅན་འདི་དག་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་འཇུག་པར་འདོད་  
པས་སྐྱེ་བོ་མ་བྱང་བ་གནག་རྗེ་དང་བྱུང་མེད་ལ་སོགས་པ་ཡན་ཆད་  
ལ་གྲགས་པའི་དངོས་པོ་སྐྱེ་བ་དང་འཛིག་པ་ལ་སོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་  
ལོག་པར་ཡང་དག་པར་ངེས་པར་མ་བཟུང་བར། ལུ་ལ་དུ་བྱུང་བར་

འགྲོ་བར་འདོད་པའི་ཤིང་ལ་འཛེགས་པའི་ཡལ་ག་སྒྲ་མ་བཏང་ནས་  
 ཡལ་ག་སྒྲི་མ་མ་བབྱང་པ་ལྟར་ལྟང་བ་ཆེན་པོས་ལྟ་བ་ངན་པའི་རིའི་  
 ལྟལ་དག་ཏུ་ལྟང་བར་འགྱུར་ཞིང་། བདེན་པ་གཉིས་མཐོང་བ་དང་  
 བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་མི་ཐོབ་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྒྱུར་འདི་དག་གིས་  
 གང་བརྟགས་པ་ཡོན་ཏན་གསུམ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་འཇིག་རྟེན་  
 གྱི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་པས་མི་གཞོད་པར་བརྟན་པ་ནི།  
 དེའི་སྒྱུར་འདིར།

མིག་ནི་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་པ་ཡིས། །  
 རབ་རིབ་ཅིང་ཤེས་ལ་གཞོད་མིན་དེ་ལྟར། །  
 དེ་བཞིན་དེ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་སྤངས་པའི་སྒྲོས། །  
 དེ་ཅིང་སྒྲོ་ལ་གཞོད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །༡༥

གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་བཤད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་པའི་ལྟ་བ་ཁོ་ན་ལ་གནས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་ཅེ་ཞེ་ན།  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་གཟིགས་པ་ཁས་སྤངས་ནས་ཡིན་ནོ། །གང་གི་  
 ཆོ་སྐྱེ་བ་དགག་པ་འདི་བྱད་པར་ཏུ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་ཇི་ལྟར་རབ་རིབ་  
 ཅན་རྣམས་ཀྱི་སྒྲ་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་ལ་དམིགས་པས་རབ་རིབ་  
 ཅིང་པའི་ཤེས་པ་ལ་མི་གཞོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཟག་པ་ཅིང་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་དང་བྲལ་བ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་ཤེས་པས་ཀྱང་གཟིགས་པ་  
 ཟག་པ་ཅིང་པ་ལ་གཞོད་པ་མ་ཡིན་པས་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡུལ་ལ་

འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་པ་རོལ་པ་  
 གི་དམ་པ་དག་གིས་བཞད་གད་རུ་བྱ་བར་འོས་པ་ཉིད་རུ་འགྱུར་རོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་འདིས་གི་བདེན་པ་གཉིས་ཡིན་པ་དང་། གྲུན་རྫོབ་དང་  
 རོན་དམ་པའི་དབྱེ་བས་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཉིས་སུ་བརྫོད་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་སོ་སོའི་ངོ་བོ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གྲུན་རྫོབ་དང་། རོན་དམ་པའི་  
 རང་བཞིན་བཤད་པ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་བསྟན་པར་བྱ་བའི་  
 ཕྱིར་བཤད་པ།

གཉི་ཕྱག་རང་བཞིན་སྐྱབ་ཕྱིར་གྲུན་རྫོབ་སྟེ། །

དེས་གང་བཙོས་མ་བདེན་པར་སྤང་དེ་ནི། །

གྲུན་རྫོབ་བདེན་ཞེས་ཐུབ་པ་དེས་གསུངས་ཏེ། །

བཙོས་མར་བྱུར་པའི་དངོས་ནི་གྲུན་རྫོབ་ཏུ་འོ། ། ༡༤

དེ་ལ་འདིས་སེམས་ཅན་རྣམས་ཇི་ལྟར་གནས་པའི་དངོས་པོ་རྟ་  
 བ་ལ་སྒྲོངས་པར་བྱེད་པས་ན་གཉི་ཕྱག་སྟེ། མ་རིག་པ་དངོས་པོའི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་སྟོ་འདོགས་པར་བྱེད་པ་རང་བཞིན་  
 མཐོང་བ་ལ་སྐྱབ་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གི་གྲུན་རྫོབ་པོ། །གྲུན་རྫོབ་  
 དེས་གང་ཞིག་བདེན་པར་སྤང་ཞིང་རང་བཞིན་མེད་བཞིན་རུ་རང་  
 བཞིན་རུ་སོ་སོར་སྤང་བ་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་རུ་གྱུར་པའི་  
 གྲུན་རྫོབ་རུ་བདེན་པས་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་སྟེ། དེ་



ནི་བཅོས་མ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་ངོ་། །བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་  
གཟུགས་བརྟན་དང་བྲག་ཅ་ལ་སོགས་པ་རུང་བད་ཅིག་ནི་བརྟུན་  
ཡང་མ་རིག་པ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ལ་སྤང་ལ། སྟོན་པོ་ལ་སོགས་  
པ་གཟུགས་དང་སེམས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་རུང་བད་ཅིག་ནི་  
བདེན་པར་སྤང་སྟེ། རང་བཞིན་ནི་མ་རིག་པ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་ལ་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྟེ་མི་སྤང་ངོ་། །དེའི་ཕྱིར་དེ་དང་གང་ཞིག་ཀྱང་  
ཚྱོབ་རྟེ་ཡང་བརྟུན་པ་ཀྱང་ཚྱོབ་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
ན་རེ་ཞིག་སྲིད་པའི་ཡན་ལག་གིས་ཡོངས་སུ་བསྟུས་པ་ཉོན་མོངས་  
པ་ཅན་མ་རིག་པའི་དབང་གིས་ཀྱང་ཚྱོབ་ཀྱི་བདེན་པ་རྣམ་པར་  
བཞག་གོ།

དེ་ལ་ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་གྱིས་གཟིགས་པ་སྤངས་པ། འདུ་བྱེད་  
གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པའི་ཡོད་པ་ཉིད་དང་འདྲ་བར་གཟིགས་  
པ་རྣམས་ལ་ནི་བཅོས་མའི་རང་བཞིན་གྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
བདེན་པར་མངོན་པར་སྒྲོམ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །བྱིས་པ་རྣམས་ལ་  
ནི་སྟུ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ནི་སྟུ་མ་ལ་  
སོགས་པ་ལྟར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་གྱིས་ཀྱང་ཚྱོབ་  
ཅམ་རྟེ་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པའི་མཚན་ཅན་མ་རིག་པ་ཅམ་ཀྱང་རྟེ་  
སྟོད་པའི་ཕྱིར། སྤང་བ་དང་བཅས་པའི་སྟོད་ཡུལ་ཅན་གྱི་འཕགས་པ་

ནམས་ལ་སྒྲིང་གི། སྒྲིང་བ་མེད་པའི་སྒྲིང་ཡུལ་མངའ་བ་ནམས་ལ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། སངས་རྒྱས་ནམས་ལ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་པ་ཐམས་  
ཅད་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་ཕྱིར། སེམས་དང་  
སེམས་ལས་བྱང་བའི་རྒྱ་བ་གཏན་ལོག་པར་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་བཙམ་ལྟར་འདས་དེས་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་  
པ་དང་ཀྱན་རྫོབ་ཅམ་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། འདི་ལ་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་  
ནམས་ཀྱི་དོན་དམ་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་འཕགས་པ་སྒྲིང་བ་དང་  
བཅས་པའི་སྒྲིང་ཡུལ་ཅན་ནམས་ཀྱི་ཀྱན་རྫོབ་ཅམ་ཡིན་ལ། དེའི་  
རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན་དེ་ནི་དེ་ནམས་ཀྱི་དོན་དམ་པའོ། །  
སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱི་དོན་དམ་པ་ནི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་  
ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་  
དེ་ནམས་ཀྱི་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་  
བདེན་པ་ནི་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དོན་དམ་པའི་རང་བཞིན་བཤད་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་བསྟན་ནས། དོན་དམ་  
པའི་བདེན་པ་བསྟན་པར་འདོད་པས་དེ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
དང་། ཤེས་པའི་ཕྱིར། ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། དངོས་སུ་བསྟན་  
པར་མི་རྒྱས་པས། ཉན་པར་འདོད་པ་སེམས་ལ་རང་གིས་ཐྱུང་བ་  
ཉིད་དུ་དེའི་རང་བཞིན་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། དཔེ་བཤད་པ།

རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་པའི། །

རྩ་མོ་ཡོག་པ་གང་ཞིག་རྩམ་བརྟགས་པ། །

དེ་ཉིད་བརྟག་ཉིད་གང་རྒྱུ་མིག་དག་པས། །

མཐོང་དེ་དེ་ཉིད་དེ་བཞིན་འདིར་གཤམ་གྱིས། །༡༧

རབ་རིབ་གྱི་མཐུས་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་རང་གི་ལག་ན་སོགས་  
པའི་བསེ་རུ་ལ་སོགས་སྣོད་གྱི་ནང་ན་སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་པའི་ཚོགས་  
ཡོངས་སུ་འགྱུར་བཞིན་པར་མཐོང་བ་དེས་བསལ་བར་འདོད་ནས་  
སྣོད་དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་རུ་སྐྱ་སྒྲིག་བྱེད་པའི་ཚོགས་སྐོབ་པར་རིག་  
སྟེ། འདི་ཅི་བྱེད་པ་ཞིག་སྐྱམ་ནས་རབ་རིབ་མེད་པས་དེའི་གན་རུ་  
ཕྱིན་ནས་སྐྱ་ཤད་ལ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་དེར་མིག་གཏད་ཀྱང་སྐྱ་ཤད་གྱི་  
རྩམ་པ་དེ་དག་མ་དམིགས་ཤིང་། སྐྱ་ཤད་དེའི་ཉེན་ཅན་དངོས་པོ་  
དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་དང་། སྐྱ་ཤད་དང་། སྐྱ་ཤད་མ་ཡིན་པ་དང་།  
མཐོན་ཀ་ལ་སོགས་པའི་བྱེད་པར་དག་རུ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ཡང་གང་གི་ཆེ་རབ་རིབ་མེད་པ་ལ་སྐྱ་ཤད་མཐོང་ངོ་ཞེས་  
རང་གིས་བསམ་པ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་དེའི་ཆེ་དེའི་རྩམ་པར་རྟོག་པ་  
བསལ་བར་འདོད་པས་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་པའི་ངོར་བྱས་  
ནས་འདི་ན་སྐྱ་ཤད་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དགག་པ་ལྟར་བྱེད་  
པའི་ཚོགས་སྐོབ་གྱི། སྐྱ་བ་པོ་འདི་ལ་དེ་ལ་སྐྱར་བ་འདེབས་པ་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །སྐྱ་ཤད་དག་གི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་གང་ཞིག་རབ་རིབ་

མེད་པས་མཐོང་བ་དེ་ཡིན་གྱི་ཅིག་ཤོས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་  
 ཏུ་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་གྱིས་གནོད་པ་བྱས་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་  
 མཐོང་བ་དག་གིས་སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་ལ་སོགས་པའི་  
 རང་གི་ངོ་བོ་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་དག་གི་ངོ་བོ་ཀྱང་  
 རྫོགས་པའོ། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཉིད་མ་རིག་པའི་  
 བག་ཆགས་དང་བྲལ་བ་སངས་རྒྱས་བཙུམས་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་  
 རབ་རིབ་ཅན་མ་ཡིན་པས་སྐྱེ་ཤད་མཐོང་བའི་ཚུལ་ཏུ་རང་བཞིན་  
 གང་གིས་གཟིགས་པ་དེ་ནི་དེ་དག་གི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་ནི་མཐོང་བ་མེད་པ་ཉིད་  
 མ་ཡིན་ནམ། དེའི་སྤྱིར་རྩི་ལྟར་དེ་དག་གི་གཟིགས་ཤེ་ན། བདེན་མོད་  
 ཀྱི་འོན་ཀྱང་དེ་མ་གཟིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་དག་གིས་གཟིགས་སོ་  
 ཞེས་བརྗོད།

རྩི་སྐྱད་ཏུ། འཕགས་པ་བདེན་པ་གཉིས་ལ་འཇུག་པ་ལས། ལྟའི་  
 ཏུ། གལ་ཏེ་དོན་དམ་པ་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལྟས་ངག་དང་  
 ཡིད་གྱི་ཡུལ་གྱི་རང་བཞིན་ཏུ་འགྱུར་ན་ནི། དེ་དོན་དམ་པའི་བདེན་  
 པ་ཞེས་བྱ་བའི་གངས་སུ་མི་འགོ་སྟེ་ཀྱང་རྫོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ཉིད་ཏུ་  
 འགྱུར་རོ། །

འོན་ཀྱང་། ལྟའི་ཏུ། དོན་དམ་པར་ན་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་  
 ནི་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་པ། བྱེ་བྲག་མེད་པ། མ་སྐྱེས་པ། མ་  
 འགགས་པ། སྤྱོད་བར་བྱ་བ་དང་། སྤྱོད་བར་བྱ་བ་དང་། ཤེས་པར་བྱ་བ་དང་།

ཤེས་པ་དང་བྲལ་བའོ། །

ལྷའི་བྱ། རྡོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་  
དང་ལྷན་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་བར་ལས་  
འདས་པ་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་རྡོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ་ཞེས་བརྗོད་པ་  
ལྟར་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བརྟུན་ཏེ་སྤྱོད་བའི་ཆོས་སོ། །

ལྷའི་བྱ། རྡོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ནི་བརྟུན་པར་མི་རུས་སོ། །དེ་  
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་གིས་སྟོན་པ་དང་། ཅི་སྟོན་པ་དང་། གང་ལ་སྟོན་  
པའི་ཆོས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི་རྡོན་དམ་པར་རབ་རྒྱུ་མ་སྤྱོད་པའོ། །  
རབ་རྒྱུ་མ་སྤྱོད་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རབ་རྒྱུ་མ་སྤྱོད་པའི་ཆོས་  
རྣམས་བཤད་པར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་སྐྱེ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དེའི་ཡུལ་ཅན། དངོས་པོ་དང་། དངོས་  
པོ་མེད་པ་དང་། རང་གི་དངོས་པོ་དང་། གཞན་གྱི་དངོས་པོ་དང་།  
བདེན་པ་དང་། བདེན་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཉག་པ་དང་། ཆད་པ་  
དང་། ཉག་པ་དང་། མི་ཉག་པ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་།  
གཙང་བ་དང་། མི་གཙང་བ་དང་། བདག་དང་། བདག་མེད་པ་དང་།  
སྟོང་པ་དང་། མི་སྟོང་པ་དང་། མཆོན་ཉིད་དང་། མཆོན་གཞི་དང་།  
གཅིག་ཉིད་དང་། གཞན་ཉིད་དང་། སྤྱི་བ་དང་། འགག་པ་སོགས་  
པའི་བྱུང་པར་དག་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་མ་དམིགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསམ་པ་ལ་འཕགས་  
པ་རྣམས་ཁོ་ན་ཆད་མ་ཡིན་གྱི་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པ་དག་ནི་མ་

ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་དགྲུས་མ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོན་པར་བསྟན་པ་ལ། འཇིག་རྟེན་  
ཆོད་མ་མིན་པའི་རྒྱ་མཚན། དེས་ན་དེ་ཉིད་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོན་པ་དང་།  
ཞར་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོན་པའི་ཡུལ་བསྟན་པ་གསུམ། དང་པོ་ནི།

ཅི་སྟེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་གཞོན་པ་བརྗོད་པར་འདོད་པས་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་མཐོང་བ་ཡང་ཆོད་མ་  
ཉིད་རྒྱ་ཁས་ལེན་ན་དེ་ལྟ་ཡིན་དང་།

གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཆོད་མ་ཡིན་ན་ནི།།

འཇིག་རྟེན་དེ་ཉིད་མཐོང་བས་འཕགས་གཞན་གྱིས།།

ཅི་དགོས་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱ།།

སྟན་པོ་ཆོད་མར་རིགས་པ་འདྲ་མ་ཡིན་ནོ།། ༡༠

འཇིག་རྟེན་ཆོད་མ་ཉིད་རྒྱ་ཁས་སྤངས་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ཉིད་  
དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་མ་རིག་པ་སྤངས་པ་ཡིན་པར་  
ཁས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་ན། གང་གི་སྤྱིར་སྟན་པོ་ནི་ཆོད་མར་རིགས་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།། །གང་ལ་གང་གི་ཡུལ་ཅན་གྱི་མི་ཤེས་པ་ཡོད་པ་  
དེ་ནི་དེ་ལ་ཆོད་མ་ཉིད་མ་ཡིན་པར་མཐོང་སྟེ། དཔེར་ན། བོར་བྱ་  
རིན་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པ་བརྟགས་པ་ལ་དེ་མི་ཤེས་པ་རྣམས་ལྟ་བུའོ།། །  
མིག་ལ་སོགས་པ་དག་ཁོ་ནས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དེས་པའི་སྤྱིར། འཕགས་  
པའི་ལམ་ཁོང་རྒྱ་རྒྱུད་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར། ཚུལ་བྲིམས་དང་། ཐོས་པ་  
དང་། བསམ་པ་དང་། བསྟོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་བསྐྱིམ་པ་འབྲས་བྱ་

དང་བཅས་པ་མ་ཡིན་པར་ཡང་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ནི་དེ་ལྟར་ཡང་  
མ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་དེས་ན་དེ་ཉིད་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་མི་གཞོད་པ་ནི།  
དེའི་ཕྱིར།

ནམ་ཀྱན་འཇིག་རྟེན་ཆད་མིན་དེ་ཡི་ཕྱིར།།

དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་གཞོད་པ་མེད།།

རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་འདི་ལས་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
འཇིག་རྟེན་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་ཆད་མ་མ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ་ཁར་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པའི་ཡུལ་བསྟན་པ་ནི།

འོ་ན་ཅི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། བཤད་པ།

འཇིག་རྟེན་དོན་ནི་འཇིག་རྟེན་གྲགས་ཉིད་ཀྱིས།།

གལ་ཏེ་མེད་ན་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་འགྱུར།། ༡༡

དཔེར་ན། ཁ་ཅིག་གིས་ངའི་རྩས་ཕྱོགས་སོ་ཞེས་སྒྲས་པ་དང་།  
ཅིག་ཤོས་ཀྱིས་དེ་ལ་བཀྲལ་ཞིང་བརྟགས་པ། རྩས་དེ་ཅི་ཞིག་ཡིན།  
དེས་བུམ་པའོ་ཞེས་སྒྲས་པ་ལ། བུམ་པ་ནི་རྩས་མ་ཡིན་ཏེ། གཞལ་བྱ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་ལམ་གྱི་བུམ་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་དེ་དེས་སུན་འབྱེན་  
པར་བྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་དོན་  
འཇིག་རྟེན་པའི་གྲགས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མེད་པར་བྱེད་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་  
གྱིས་གཞོད་པར་འགྱུར་གྱི། གང་གི་ཆོ་འཕགས་པའི་གཟིགས་པ་ལ་

གནས་ཏེ། གླེ་བོ་མཁས་པ་ཚད་མར་བྱེད་པ་དེའི་ཆོ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
གནོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །མཁས་པས་སྤྱགས་འདིས་གཞན་ཡང་  
དབྱེད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་གཞན་ལ་གླེ་བོ་འཇིག་རྟེན་པ་ལའང་མ་གྲུབ་པ་ནི།

དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པས་གཞན་ལས་གླེ་བོ་ཁས་སྤངས་  
ནས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་གནོད་པ་ཡོངས་སུ་སྤངས་ཏེ། ད་ནི་འཇིག་  
རྟེན་ལ་ཡང་གཞན་ལས་གླེ་བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེའི་ལྟ་བུ་ལ་  
གནས་ནས་ཀྱང་གཞན་ལས་གླེས་པ་དགག་པར་འདོད་པ་ལ་འཇིག་  
རྟེན་གྱི་གནོད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ས་ཐོན་ཅམ་བཏབ་ནས། །

བདག་གིས་བྱ་བའི་བསྐྱེད་ཅེས་སྒྲུབྱེད་ཅིང་། །

གིང་ཡང་བརྩུགས་སོ་སྒྲུམ་བྱ་རྟོགས་དེས་ན། །

གཞན་ལས་གླེ་བོ་འཇིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཅིང་། །༡༡

ཕོའི་དབང་པོས་མངོན་པར་གསལ་བར་བྱས་པ་འགའ་ཞིག་ཉི་  
བར་སྟོན་པ་ན་བྱ་འདི་བདག་གིས་བསྐྱེད་དོ་ཞེས་སྒྲུབ་བར་བྱེད་དོ། །  
འདི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་རང་གི་ལུས་ལས་བཏོན་ནས་དེའི་མ་འི་  
ཁོང་དུ་འཇུག་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་ས་བོན་དུ་གྱུར་  
པ་མི་གཙང་བ་ཅམ་ཞིག་གོ། །གང་གི་ཕྱིར་འདི་དེའི་རྒྱ་སྤྲུགས་ནས་  
རང་གི་བྱ་གཏོང་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར་ས་བོན་དང་བྱ་གཉིས་གཞན་  
ཉིད་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འཇིག་རྟེན་དུ་གསལ་བར་ངེས་པ་ཡིན་



ནོ། །གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་གང་ཟག་གཞན་ལྟར་དེ་ཡང་ཉེ་བར་སྟོན་  
པར་བྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་ས་བོན་དང་སྟོན་ཤིང་དག་  
ལ་ཡང་སྟུར་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་བཀག་པས་གྲུབ་པའི་དོན་ལ་གཉིས། རྟེན་འབྲེལ་རྟག་ཆད་མེད་པར་  
གྲུབ་པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་དང་། རོ་བོར་གྲུབ་ན་སྟོང་ཉིད་ལ་སྟུར་འདེབས་སུ་  
འགྱུར་བའི་སྟོན་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ངི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་ལ་བརྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
བར་འབྱུང་བ་རྟག་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པར་གྲུབ་པའི་སྟོན་ནས་ཡོན་  
ཏན་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་ཕྱུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་མིན། །

དེ་ཕྱིར་ཕྱུག་ཆེ་ས་བོན་ཞིག་པ་མེད། །

གང་ཕྱིར་གཅིག་ཉིད་ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ཡང་། །

ཕྱུག་ཆེ་ས་བོན་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་མི་བྱ། །༡༡

གལ་ཏེ་ཕྱུ་གུ་ས་བོན་ལས་གཞན་ཉིད་ཡིན་ན་ནི། ཐེ་ཚོམ་མེད་  
པར་ཕྱུ་གུ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་ས་བོན་རྒྱུ་ཆད་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་  
གི་ཕྱིར་བ་མིན་ཡོད་པས་བ་ལང་གི་བར་གྱུར་ཀྱང་རྒྱུ་མ་ཆད་པ་  
ནི་མ་ཡིན་ལ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཡོད་པས་འཕགས་པ་རྣམས་ཕྱུ་དན་ལས་  
འདས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །གཞན་ཉིད་མེད་པའི་ཕྱིར་ཕྱུ་གུའི་རང་  
གི་བདག་ཉིད་ལྟར་ས་བོན་ཆད་པར་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་ཆད་པ་  
སྤངས་པ་ཡིན་ནོ། །གཅིག་ཉིད་མེད་པས་ས་བོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་

མུ་གུ་མ་ཡིན་པས་ས་བོན་མི་འཇིག་པ་བཀག་པའི་ཕྱིར་རྟག་པ་ཡང་  
 བཀག་པར་འགྱུར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། ས་བོན་ཡོད་ན་མུ་གུ་ངི་བཞིན་  
 ཏེ། །ས་བོན་གང་ཡིན་མུ་གུ་དེ་ཉིད་མིན། །དེ་ལས་གཞན་མིན་དེ་ཡང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། །དེ་ལྟར་རྟག་མིན་ཆད་མིན་ཆོས་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །ས་བོན་ཡོད་ན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ས་བོན་ཡོད་པར་འགྱུར་  
 བ་ན་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །ས་བོན་གྱི་རྒྱ་ཅན་མུ་གུ་ཡང་འབྱུང་བ་  
 བོ། །ས་བོན་ལས་གཞན་ཉིད་དུ་མི་རུང་ངོ་ཞེ་ན། གསུངས་པ། ས་བོན་  
 གང་ཡིན་མུ་གུ་དེ་ཉིད་མིན། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ས་བོན་དེ་ཉིད་མུ་གུ་  
 དེར་མི་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར། དེ་ལས་གཞན་མིན་དེ་ཡང་མ་ཡིན་  
 ཏེ། །ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་སོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་  
 གཉི་གཉི་ཕྱོགས་མི་སྤྲིད་པ་དེའི་ཕྱིར། དེ་ལས་གཞན་དང་གཞན་མ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་མི་རིགས་སོ། །དེ་ལྟར་ཕྱོགས་གཉིས་ཆར་ཡང་བཀག་པ་  
 ར་རྟག་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་གསལ་ངར་  
 བྱས་པར་འགྱུར་རོ། །འདིར་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་ས་བོན་དང་མུ་  
 གུ་གཉིས་ལ་རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི། དེ་གཉིས་  
 གཅིག་པའམ་གཞན་པ་ཉིད་དུ་འང་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཕྱིར་  
 ཆོ་དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་མེ་ལམ་དུ་  
 དམིགས་པའི་ས་བོན་དང་མུ་གུ་དག་ལྟར་གཅིག་པ་ཉིད་དམ་གཞན་  
 ཉིད་དུ་ག་ལ་འགྱུར་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །དོན་  
 འདི་ཉིད། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་མ་རིག་སྐྱེན་ཅན་ཏེ། །འདུ་བྱེད་དེ་དག་

དེ་ཉིད་དུ་ཡོད་མིན། །འདུ་བྱེད་མ་རིག་པ་གཉིས་སྟོང་པ་སྟེ། །རང་  
བཞིན་གྱིས་ནི་གཡོ་བ་དང་བྲལ་བའོ། །ཞེས་བྱ་བས་བཤད་པ། བསྟན་  
བཅོས་ལས་ཀྱང་། གང་ལ་བརྟེན་ཏེ་གང་འབྱུང་བ། །དེ་ནི་རེ་ཞིག་དེ་  
ཉིད་མིན། །དེ་ལས་གཞན་པའང་མ་ཡིན་པ། །དེ་སྤྱིར་རྟག་མིན་ཆད་  
པའང་མིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རོ་བོར་གྱུ་བ་ན་སྟོང་ཉིད་ལ་སྐྱར་འདེབས་སུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིན་བསྟན་  
པ་ནི།

རི་ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་འགའ་ཡང་སྐྱེ་བ་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་  
ནི་གདོན་མི་བླ་བར་ཁས་སྲུང་བར་བྱ་དགོས་སོ། །དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ།

གལ་ཏེ་རང་གི་མཆན་ཉིད་བརྟེན་གྱུར་ན། །

དེ་ལ་སྐྱར་བས་དངོས་པོ་འདི་ག་པའི་སྤྱིར། །

སྟོང་ཉིད་དངོས་པོ་འདི་ག་པའི་རྒྱར་འགྱུར་ན། །

དེ་ནི་རིགས་མིན་དེ་སྤྱིར་དངོས་ཡོད་མིན། །༡༤

གལ་ཏེ་གཟུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་  
རང་གི་མཆན་ཉིད་དེ་རང་གི་རོ་བོ་དང་རང་བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་  
དག་གིས་བསྐྱེད་ན་ནི། དེ་གང་གི་ཆོ་ན་རྣལ་འབྱོར་པ་འདིས་དངོས་  
པོ་རྣམས་རང་བཞིན་གྱི་སྟོང་པར་མཐོང་ཞིང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་  
བཞིན་མེད་པར་རྟོགས་པ་དེའི་ཆོ་ངེས་པར་རི་ལྟར་སྐྱེས་པའི་རང་  
བཞིན་ལ་སྐྱར་བ་བཏབ་པས་སྟོང་པ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་  
སྤྱིར་རི་ལྟར་ཐོ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་

འཇིག་པའི་རྒྱ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ལྷོང་པ་ཉིད་ཀྱང་དངོས་པོའི་  
རང་བཞིན་ལ་སྐྱར་བའི་རྒྱར་འབྱར་བ་ཞིག་ན་དེ་ནི་རུང་བ་ཡང་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ནི་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་ཆེ་སྐྱེ་བར་ཁས་སྒྲུང་བར་མི་བྱའོ། །

རི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་དགོན་མཆོག་བཙུགས་པའི་མདོ་ལས།  
འོད་སྤངས། གཞན་ཡང་དབྱ་མའི་ལམ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཡང་དག་པར་  
སོ་སོར་རྟོག་པ་ནི། གང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་རྣམས་སྟོང་པར་མི་  
བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོང་པ་དང་། གང་མཆན་མ་མེད་པས་ཆོས་  
རྣམས་མཆན་མ་མེད་པར་མི་བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་མཆན་མ་  
མེད་པ་དང་། གང་སྟོན་པ་མེད་པས་ཆོས་རྣམས་སྟོན་པ་མེད་པར་མི་  
བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་སྟོན་པ་མེད་པ་དང་། གང་མདོན་པར་འདུ་  
བྱ་བ་མེད་པས་ཆོས་རྣམས་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པར་མི་བྱེད་  
དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་མདོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་མེད་པ་དང་། གང་མ་  
སྐྱེས་པས་ཆོས་རྣམས་སྐྱེས་པ་ཉིད་དུ་མི་བྱེད་དེ། ཆོས་རྣམས་ཉིད་མ་  
སྐྱེས་པ་དང་། གང་མ་བྱུང་བས་ཆོས་རྣམས་མ་བྱུང་བར་མི་བྱེད་དེ།  
ཆོས་རྣམས་ཉིད་མ་བྱུང་བ་དང་། ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གང་ཞིག་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཁས་སྒྲུངས་ནས་དེ་ལ་བརྟེན་  
པའི་སྟོང་པ་ཉིད་གཟུང་བ་དང་འཇིན་པ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
མི་རྟག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ལྟར་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དུ་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་སེམས་པ་དེའི་ལྟར་ན།

སྟོང་པ་ཉིད་ཁོ་ནས་ཚས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཡིན་གྱི། རང་བཞིན་  
ཉིད་ཀྱིས་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །

བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། སྟོང་མིན་སྟོང་ལྟན་མཐོང་མིན་ཏེ། བྱང་  
འདས་བདག་གིར་གྱུར་ཅིག་ཅིས། །ལོག་ལྟས་ཟུང་ན་མི་འདའ་བར། །  
དེ་བཞིན་གསེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །ཞེས་བཤད་ལ། བསྟན་  
བཅས་ལས་ཀྱང་།

སྟོང་ཉིད་ལྟ་བ་ཐམས་ཅད་ནི། །ངེས་པར་འབྱིན་པར་རྒྱལ་བས་  
གསུངས། །གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལྟ་བ། །དེ་དག་སྐྱབ་ཏུ་མེད་པར་  
གསུངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་བཀག་པ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ་གསུམ། ཀྱན་རྫོབ་དང་འགལ་བ་  
སྤང་བ་དང་། མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་དང་། ལས་འབྲས་དང་འགལ་བ་སྤང་  
བའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། ཀྱན་རྫོབ་དབྱེད་ན་གཞལ་བྱ་མ་ཡིན་པ། དབྱེད་ན་བདེན་པ་  
གཉིས་ཆར་སྒྲིམ་པ་དང་བྲལ་བའི་རྩལ་ལོ། །དང་པོ་ནི།

འདིར་སྐྱས་པ། དོན་དམ་པར་སྐྱེ་བ་མེད་པས་བདག་དང་གཞན་  
ལས་སྐྱེས་པ་བདག་ལ་རག་མོད། གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་  
གང་དག་མངོན་སུམ་དང་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དག་གིས་དམིགས་པ་དེ་  
དག་རང་བཞིན་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་དེ་ལྟར་མི་འདོད་ན་ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཅི་སྟེ་བརྗོད་དེ།  
བདེན་པ་གཅིག་ཁོ་ནར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། འདི་བདེན་མོད་ཀྱི་དོན་དམ་

པར་བདེན་པ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དགེ་སྲོང་དག་བདེན་པ་  
 དམ་པ་འདི་ནི་གཅིག་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ། མི་སྤྱི་བའི་ཆོས་ཅན་མྱ་ངན་ལས་  
 འདས་པའོ། །འདུ་བྱེད་ཐམས་ཅད་ནི་བརྟུན་པ་སྤྱི་བའི་ཆོས་ཅན་རྣ་  
 ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་ཀྱང་རྫོགས་ཀྱི་བདེན་པ་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། བདག་དང་གཞན་དག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་དཔུང་པར་འཇིག་  
 ཉེན་པའི་ལྷགས་ཀྱིས་ཁས་ལེན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་རོ། །འདི་ལྟ་སྟེ།

གང་སྤྱིར་དངོས་པོ་འདི་དག་རྣམ་དཔུང་ན། །

དེ་ཉིད་བདག་ཅན་དངོས་ལས་སྐྱེ་རོལ་དུ། །

གནས་སྟེད་མ་ཡིན་དེ་སྤྱིར་འཇིག་ཉེན་གྱི། །

ཟ་སྟོང་བདེན་ལ་རྣམ་པར་དཔུང་མི་བྱ། །ཉལ་

འདི་ལྟར་གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཅི་  
 བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཞིག་གམ། ཅི་ག་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཅས་བྱ་བ་  
 དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་དཔུང་པ་ན། དོན་དམ་པར་མ་སྐྱེས་  
 པ་དང་མ་འགགས་པའི་སྤྱིར་རང་བཞིན་ཅན་ལས་སྐྱེ་རོལ་ཏེ་གཞན་  
 ཏུ་གྱུར་པའི་ཆ་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཅན་ལ་གནས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
 སྤྱིར་བདག་དང་གཞན་ལས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
 པར་དཔུང་པ་འཇུག་པ་མེད་པར་བྱས་ཏེ། འཇིག་ཉེན་པས་ཡོངས་སུ་  
 མཐོང་བ་འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་གཞན་  
 ལ་རག་ལས་པའི་འཇུག་པའི་སྒོ་ནས་ཁས་སྤང་བར་བྱ་སྟེ། འཕགས་

པ་ལྟས།

རི་ལྟར་སྒྲ་སྒྲོ་སྐད་གཞན་གྱིས། །གཟུང་བར་མི་རུས་དེ་བཞིན་དུ། །  
འཇིག་རྟེན་པ་ཡི་མ་རྟོགས་པར། །འཇིག་རྟེན་གཟུང་བར་རུས་པ་མ་  
ཡིན། །ཞེས་རི་སྐད་དུ་བཤད་པ་ལྟ་བུའོ། །བསྟན་བཅས་ལས་ཀྱང་།

ཐ་སྐད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་རྟོགས་མི་འགྱུར། །  
དམ་པའི་དོན་ནི་མ་རྟོགས་པར། །ཁྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །

ནམ་པར་དབྱད་པ་བྱས་ན་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྐད་ཉམས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། རི་སྐད་དུ་མདོ་ལས།

དཔེར་ན་ཤིང་དང་རྩུང་ལ་བརྟེན་བྱས་ལ། །ལག་པ་ཚོལ་བ་བྱས་  
པ་གསུམ་ཚོགས་ན། །སྒྲོག་བྱེད་པི་ལང་སྤིང་བུ་ལ་སོགས་ལས། །དེ་  
དག་ལས་སྐྱེས་སྐྱ་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དེ་ནས་མཁས་པ་ལ་ལས་  
བརྟག་བྱས་ཏེ། །དེ་ནི་གང་ནས་འོངས་ལ་གར་སོང་ཞེས། །སྒྲོགས་དང་  
སྒྲོགས་མཚམས་ཀྱན་དུ་བརྟག་བྱས་ན། །སྐྱ་ཡི་འོང་བའམ་འགྲོ་བ་  
རྟེན་མི་འགྱུར། །དེ་ལྟར་རྩུང་དག་དང་ནི་རྩེན་དག་ལས། །འདུ་བྱེད་གྱུར་  
པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བ་སྟེ། །ཡང་དག་མཐོང་བའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡིས་  
ནི། །འདུ་བྱེད་སྟོང་པ་གཡོ་བ་མེད་པར་མཐོང་། །ལུང་པོ་དག་དང་  
སྐྱེ་མཆེད་ཁམས་ནམས་ནི། །ནང་ཡང་སྟོང་ལ་ཕྱི་རོལ་སྟོང་པ་སྟེ། །  
སེམས་ཅན་བདག་གིས་སྟོང་ཞིང་གནས་མེད་ལ། །ཚོས་གྱིས་མཚན་  
ཉིད་ནམ་མཁའི་ངོ་བོ་ཉིད། །ཅིས་རྩེ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་དབྱད་ན་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་སྒྲོས་པ་དང་བུལ་བའི་ཚུལ་ནི།

ཅི་སྟེ་ཡང་དེ་ལྟར་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བདོག་པ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱན་ནས་གཙོད་པ་ན་བྱེད་ཤ་ཐོན་པ་ཐ་སྟོང་གི་བདེན་  
པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་འདི་གང་ཞིག་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་  
དང་ནམ་པར་བྱང་བའི་རྒྱར་གྱུར་པའི་རྣམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་འགའ་  
ཞིག་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་སྟེ་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་སྐད་  
དུ་སྟེ་བ་ལ་ཆོག་ཅམ་ཞིག་ལྟག་མ་ལུས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

དེ་ཉིད་སྐབས་སུ་རིགས་པ་གང་ཞིག་གིས། །

བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་རིགས་མིན་པའི། །

རིགས་དེས་ཐ་སྟོང་དུ་ཡང་རིགས་མིན་པས། །

ཁྱོད་གི་སྐྱེ་བ་གང་གིས་ཡིན་པར་འགྱུར། ། ༡༥

ཇི་ལྟར་དོན་དམ་པའི་སྐབས་སུ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་རིགས་པས་  
བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་མི་རུང་བ་དེ་བཞིན་དུ་ཐ་སྟོང་དུ་ཡང་།  
དེ་ཉིད་གིས་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་པས་ཁྱོད་གི་དངོས་པོ་ནམས་གི་སྐྱེ་བ་  
གང་གིས་འགྱུར་པར་འགྱུར། དེའི་སྤྱིར་རང་གི་མཆོན་ཉིད་གི་སྐྱེ་བ་  
ནི་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མི་འདོད་  
བཞིན་དུ་ཡང་གདོན་མི་བྱ་བར་ཁས་སྐྱེད་བར་བྱའོ། །གང་དག་  
བདག་ལས་མ་ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་སྟོབ་དཔོན་སྟུ་སྟུང་  
གི་ཞལ་སྟུ་ནས་གིས་བརྟགས་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སོ་ན་བཀག་པ་ཡིན་གྱི།



གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟུ་མ་རུ་སེམས་པ་དེ་དག་གི་  
འདོད་པ་འདི་ཡང་གཏན་ཆོག་ས་མེད་པར་མི་གྲུབ་པས། དེ་སྐད་རུ་  
སྟུ་པ་དེ་དག་ནི་བཀལ་ཞིང་བཟླས་པར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མཐོང་བ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ་གཉིས། སྟུ་པ་དང་བྲལ་ཡང་རྒྱ་  
འབྲས་སུ་སྤང་བ་མི་འགལ་བའི་ཚུལ། དེས་ཉག་ཆད་དང་བྲལ་བར་བསྟན་པའོ། །དང་  
ཕ་ནི།

འོ་ན་ནི་གལ་ཏེ་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་རུ་ཡང་རང་གི་མཚན་ཉིད་  
ཀྱི་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར་ཅི་ལྟར་ན་དེ་དག་གི་རང་གི་ངོ་  
བོ་འཇིག་རྟེན་རུ་དམིགས་པར་འགྱུར་ཞི་ན། བཤད་པ།

དངོས་པོ་སྟོང་པ་གཞུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པ། །

ཆོག་ས་ལ་སྟོས་རྣམས་མ་གྲགས་པ་ཡང་མིན། །

དེ་ལྟར་དེར་ནི་གཞུགས་བརྟན་སོགས་སྟོང་ལས། །

གེས་པ་དེ་ཡི་རྣམ་པར་སྐྱེ་འགྱུར་ལྟར། །ཉེ

དེ་བཞིན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྟོང་ན་ཡང་། །

སྟོང་ཉིད་དག་ལས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །

དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ནི་རྒྱ་དང་འབྲས་སུ་ཐ་དད་པ་མེད་པར་  
གནས་པ་ཡིན་ལ། གཞུགས་བརྟན་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྒྱ་དང་  
འབྲས་སུ་འཇིག་རྟེན་པར་གཞག་པ་ཡང་གེས་བཞིན་རུ་མཁས་པ་སུ་ཞིག་  
གཞུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་དང་འབྲས་སུ་ལས་ཐ་དད་པ་

མེད་པར་གནས་པ་རྣམས་ཡོད་པ་ཙམ་ཞིག་ཏུ་དམིགས་པས་རང་  
བཞིན་དང་བཅས་པར་ངེས་པར་བྱེད། དེའི་ཕྱིར་ཡོད་པར་དམིགས་  
ཀྱང་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེ་བ་མེད་དོ། །རི་སྐད་དུ།

མེ་ལོང་ཤིན་ཏུ་ཡོངས་དག་ལ། །རི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི། །  
གཟུགས་བརྟན་སྤང་བ་དེ་བཞིན་དུ། །སྒྲོན་པ་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་  
གྱིས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་ངེས་ཏྟག་ཆད་དང་བྲལ་བར་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར།

བདེན་པ་གཉིས་སྤྱའང་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར། །

དེ་དག་ཏྟག་པ་མ་ཡིན་ཆད་པའང་མིན། །༡༥

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དངོས་པོ་རྣམས་གཟུགས་བརྟན་གྱི་རྣམ་པ་  
ལྟར་རང་བཞིན་གྱིས་སྤྱང་བ་དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། དོན་དམ་པ་དང་ཀུན་  
རྒྱུ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་ཡང་རང་བཞིན་ཏེ་ངོ་པོ་ཉིད་མེད་  
པའི་ཕྱིར་ཏྟག་པ་དང་ཆད་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ། །རི་སྐད་དུ་བསྟན་  
བཅོས་ལས།

གང་ཞིག་ངོ་པོ་ཉིད་ཡོད་པ། །དེ་ནི་མེད་པ་མིན་པས་ཏྟག་ །སྒྲོན་  
བྱང་ད་ལྟར་མེད་ཅེས་པ། །ངེས་ན་ཆད་པར་བྲལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་  
བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

དངོས་པོ་ཡོད་པར་ཁས་སྤངས་ན། །ཏྟག་དང་ཆད་པར་ལྟ་བ་ནི། །  
བྲལ་བར་འགྱུར་དེ་དངོས་དེ་ནི། །ཏྟག་དང་མི་ཏྟག་འགྱུར་ཕྱིར་རོ། །

ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་བཞིན་དུ།

རི་ལྟར་སྟོན་པས་སྤྱལ་པ་ནི། །རྩུ་འབྲུལ་སྤུན་ཚོགས་ཀྱིས་སྤྱལ་  
ཞིང་། །སྤྱལ་པ་དེ་ཡང་སྤྱལ་པ་ན། །སྤྱལ་པ་ཡང་གཞན་ནི་སྤྱལ་པ་ལྟར། །  
དེ་བཞིན་བྱེད་པོ་དེ་ལས་གང་། །བྱས་པ་འང་སྤྱལ་པའི་རྣམ་པ་བཞིན། །  
དཔེར་ན་སྤྱལ་པས་སྤྱལ་གཞན་ཞིག་ །སྤྱལ་པ་མཛད་པ་འང་དེ་བཞིན་  
ནོ། །ཉོན་མོངས་ལས་དང་ལུས་རྣམས་དང་། །བྱེད་པ་པོ་དང་འབྲས་  
བྱ་དག་ །དྲི་ཟའི་གྲོང་ཁྱིམ་ལྟ་བུ་དང་། །སྤྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་བ་ཡིན། །  
ཞེས་སྤྱལ་པའི་དཔེས་རང་བཞིན་མེད་པ་ལས་རང་བཞིན་མེད་པ་  
རྣམས་སྐྱེ་བར་བསྟན་ཏོ། །

གསུམ་པ་ལས་འབྲས་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ་གཉིས། དངོས་དང་། ཞར་ལ་ལས་  
འབྲས་ཀྱི་རྟེན་གསུངས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ། རང་བཞིན་  
མེད་ཀྱང་ལས་འབྲས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་འཐད་པ་དང་། དོན་དེ་ཉིད་དཔེའི་སྟོན་སྐབ་པ་  
དང་། དེ་ལ་ཐུག་མེད་དུ་ཉ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བའོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བདེན་པ་གཉིས་ཀར་ཡང་རང་བཞིན་མེད་པས་  
ཉག་པ་དང་ཆད་པའི་ལྟ་བ་རྒྱང་རིང་དུ་སྤངས་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་  
ཟད་ཀྱི། ལས་རྣམས་འགགས་ནས་ཡུན་རིང་དུ་ལོན་ཡང་ལས་རྣམས་  
ཀྱི་འབྲས་བྱ་དང་འབྲེལ་བ་ནི་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་  
དང་རྒྱད་མི་བྱ་བ་དང་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པར་ཡང་ཡོངས་སུ་རྟོགས་  
པ་མེད་པར་ཡང་འཐད་པ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཞེ་ན།

གང་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཀྱིས་དེ་མི་འགག་པ། །

དེ་ཕྱིར་ཀུན་གཞི་མེད་ཀྱང་འདི་རྒྱས་ཕྱིར། །

ལ་ལར་ལས་འགགས་ཡུན་རིང་ལོན་ནས་ཀྱང་། །

འབྲས་བྱ་ཡང་དག་འབྱུང་བར་རིག་པར་གྱིས། །ཀུ

གང་གི་ལྟར་ན་ལས་འགགས་པ་དེ་ནི་འགགས་ཟིན་པའི་ལས་  
དེ་ལས་འབྲས་བྱ་རི་ལྟར་འབྱུང་བར་འབྱུར་ཞེས་བཅད་པའི་ལན་  
དུ། འགགས་ཟིན་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་གཞག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཀུན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའམ། བྱ་ལོན་གྱི་དཔང་རྒྱ་དང་འབྲ་བའི་ཆོས་  
གཞན་ཅུང་མི་བཤམ། ཐོབ་པའམ། ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱོས་  
པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་རྟོགས་པར་བྱེད་དོ། །གང་གི་ལྟར་ན་  
ལས་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྐྱེས་པ་དེའི་ལྟར་ན་ནི་དེ་འགག་  
པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། མ་ཞིག་པ་ལས་འབྲས་བྱ་འབྱུང་བ་མི་སྲིད་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་པས། ལས་རྣམས་མི་འཇིག་པས་ལས་དང་འབྲས་  
བྱའི་འབྲེལ་བ་ཆེས་ཤིན་ཏུ་འཐད་པར་འབྱུར་རོ། །རི་སྐད་དུ། བརྟན་  
བཅོས་ལས།

གང་ཕྱིར་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་མེད། །འདི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་དེའི་  
ཕྱིར། གང་ཕྱིར་དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ། །དེ་ཕྱིར་ཅུང་བར་མི་འབྱུར་རོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །མདོ་ལས་ཀྱང་།

མི་ཡི་ཆོ་ཆད་ལོ་བརྒྱ་ཉེ། །དེ་སྲིད་འཆོ་ཞེས་བརྗོད་མོད་ཀྱི། །ལོ་  
ལ་ལུང་པོར་སྐྱངས་པ་མེད། །སྐྱབ་པ་དེ་ཡང་དེ་དང་མཚུངས། །བད་  
པ་མེད་ཅེས་གང་སྐྱས་དང་། །ལས་བད་ཅེས་ནི་གང་སྐྱས་པ། །སྟོང་

པའི་ཚུལ་དུ་ཟད་པ་མེད། །ཐ་སྐྱད་ཚུལ་དུ་ཟད་པར་བསྐྱེད། །ཞེས་  
འབྱུང་ངོ་།།

གཉིས་པ་དོན་དེ་ཉིད་དཔེའི་སྒོ་ནས་སྐྱབ་པ་ནི།

རི་སྐྱད་བསྐྱད་པའི་དོན་ཉིད་དཔེའི་སྒོ་ནས་བཤད་པ།

མི་ལམ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དག་མཐོང་ནས་ནི།།

སད་ཀྱང་བྱུན་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ་འགྱུར་བ།།

དེ་བཞིན་འགགས་ཤིང་རང་བཞིན་ཡོད་མིན་པའི།།

ལས་ལས་ཀྱང་ནི་འབྲས་བྱ་ཡོད་པ་ཡིན།། ༡༠

རི་སྐྱད་དུ། སྤྱིད་པ་འཕོ་བའི་མདོ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། འདི་ལྟ་སྟེ།  
དཔེར་ན། མི་ཞིག་ཉལ་བའི་མི་ལམ་ན་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་  
དང་ལྷན་ཅིག་སྦྱོད་པ་མིས་ལ། དེ་ཉལ་བ་ལས་སད་ནས་ཡུལ་གྱི་བྱུང་  
མེད་བཟང་མོ་དྲན་ན། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། འདི་ཅི་སྐྱམ་དུ་སེམས། གང་  
མི་ལམ་གྱི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་དང་ལྷན་ཅིག་སྦྱོད་པ་མིས་  
ལ། དེ་ཉལ་བ་ལས་སད་ནས་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་དེ་དྲན་པའི་  
མི་དེ་མཁས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ནམ། གསོལ་བ། བཙུག་ལྷན་  
འདས་དེ་ནི་མ་ལགས་ཏེ། དེ་ཅིའི་སྐྱད་དུ་ཞེ་ན། བཙུག་ལྷན་འདས།  
མི་ལམ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་ཡང་མ་མཆིས་ཤིང་མི་དམིགས་པ་  
ལགས་ན། དེ་དང་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་པ་ལྟ་གཤམ་མཆིས་ཏེ། འདི་ལྟར་མི་  
དེ་ནི་ཕོངས་ཤིང་དུབ་བའི་སྐལ་བ་ཅན་དུ་འགྱུར་ལགས་སོ། །བཙུག་  
ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྒྲུབ་པ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། དེ་བཞིན་དུ་བྱིས་པ་

ས་སའི་སྐྱེ་བོ་སྐྱེས་པ་དང་མི་ལྷན་པ་ཡང་མིག་གིས་གཟུགས་རྣམས་  
མཐོང་ནས་ཡིད་བདེ་བར་གྱུར་པའི་གཟུགས་རྣམས་ལ་མངོན་པར་  
ཞེན་ཏེ། མངོན་པར་ཞེན་པར་གྱུར་ནས་ཆགས་པ་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
དོ། །ཆགས་ནས་འདོད་ཆགས་ལས་བྱུང་བ་དང་། ཞེ་སྤང་ལས་བྱུང་  
བ་དང་། གཏི་མུག་ལས་བྱུང་བའི་ལས་ལྷན་དང་། རག་དང་། ཡིད་  
ཀྱི་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དོ། །ལས་དེ་མངོན་པར་འདུ་བྱས་པར་གྱུར་  
ནས་འགག་གོ། །འགགས་ན་ཤར་སྟོགས་སུ་བརྟེན་ཏེ་གནས་པ་མ་ཡིན་  
པ་ནས་སྟོགས་མཚམས་རྣམས་སུ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་།

དུས་གཞན་རི་ཅམ་ཞིག་ན་འཆི་བའི་དུས་དང་ཉེ་བར་གནས་  
པའི་ཆེ་དེ་དང་སྐྱལ་བ་འདྲ་བའི་ཟད་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་མ་  
འགག་པའི་ཆོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། ཉལ་ཉལ་བ་ལས་སད་པའི་  
མིའི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བཟང་མོ་ལྟ་བུར་ཡིད་ལས་དེ་ཉིད་ལ་མངོན་  
དུ་སྟོགས་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཐ་མ་འགག་ཅིང་སྐྱེ་བའི་ཆར་གཏོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་  
པོ་ཡང་ན་ནི་ལྟ་དག་གི་ནང་དུ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཡང་ན་ནི་ཡི་དྲུགས་  
རྣམས་སུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་།

རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་དེ་འགགས་མ་ཐག་དུ་  
གང་ལ་རྣམ་པར་སྤྲོད་པ་མཁྱེད་བར་འགྱུར་བར་མངོན་པ་དེ་དག་སྐྱལ་  
བ་འདྲ་བའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱན་འབྱུང་དོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། དེ་ལ་ཆོས་  
གང་ཡང་འཇིག་རྟེན་འདི་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་འཕོ་བ་ཡང་

མེད་ལ་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བར་མངོན་པ་ཡང་ཡོད་དེ། རྒྱལ་པོ་ཆེན་  
པོ། དེ་ལ་གང་ནམ་པར་ཤེས་པ་མ་འགག་པ་ནི་འཆི་འཕོ་བ་ཞེས་བྱ།  
གང་ནམ་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་འབྱུང་བ་དེ་ནི་སྐྱེ་བ་ཞེས་བྱའོ། །རྒྱལ་  
པོ་ཆེན་པོ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་མ་འགག་པའི་ཆོ་ཡང་གང་དུ་མི་  
འགྲོའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་སྐྱེ་བའི་ཆར་གཏོགས་པ་འབྱུང་བའི་  
ཆ་ཡང་གང་ནས་ཀྱང་མི་འོང་ངོ་། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། རང་བཞིན་  
གྱིས་དབེན་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ། དེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་  
མ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཐ་མས་སྟོང་ངོ་། །འཆི་འཕོ་བ་ནི་འཆི་འཕོ་  
བས་སྟོང་ངོ་། །ལས་ནི་ལས་གྱིས་སྟོང་ངོ་། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་པོ་  
ནི་རྣམ་པ་ཤེས་པ་དང་པོས་སྟོང་ངོ་། །སྐྱེ་བ་ནི་སྐྱེ་བས་སྟོང་ལ་ལས་  
རྣམས་ཆུད་མི་བྱ་བར་ཡང་མངོན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་དེ་ལ་ཐུག་མེད་དུ་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་ལ་གཉིས། ཐུག་མེད་དུ་ཏ་  
ཅང་ཐལ་བ་སྤང་བ་དང་། སྟོང་ཡང་ལས་འབྲས་སོ་སོར་ངེས་ཤིང་བསམ་གྱིས་མི་  
ཁྱབ་པའོ། །དང་པོ་ནི།

ཅི་སྟེ་གལ་ཏེ་རང་བཞིན་གྱིས་མ་སྐྱེས་པ་ལ་བྱད་པ་མེད་པས་  
རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་འདོད་ན། དེ་ལྟ་ཡིན་དང་། ཇི་ལྟར་མ་འགགས་  
པའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། རྣམ་པར་སྒྲིན་  
པར་བྱས་ཟིན་པ་ལས་ཀྱང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡིན་པ་དང་། དེ་ལ་  
ལས་བྱད་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །རྣམ་པར་སྒྲིན་ཟིན་པ་ལས་ཀྱང་ཡང་  
རྣམ་པར་སྒྲིན་པར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར། ཐུག་པ་མེད་པའི་སྒྲིན་དུ་འགྱུར་

རོ་སྟམ་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

དི་ལྟར་ཡུལ་ནི་ཡོད་ཉིད་མིན་མཚུངས་ཀྱང་། །

རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྒྲ་གད་རྣམ་པར་ནི། །

མཐོང་གི་དངོས་གཞན་རྣམ་པར་མ་ཡིན་ལྟར། །

དེ་བཞིན་སྒྲིན་ལས་སྒྲར་སྒྲིན་མིན་གཤམ་གྱི། །༡༡

དཔེར་ན། ཡུལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་འདྲ་བ་བཞིན་དུ་རབ་རིབ་  
ཅན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པའི་ངོ་བོ་མཐོང་གི།  
དེ་ལས་གཞན་པའི་དངོས་པོའི་རྣམ་པར་བོང་བྱའི་རྩ་དང་མོ་གཤམ་  
གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ལས་གྱི་རང་  
བཞིན་མ་འགགས་པར་མཚུངས་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ངེས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་སྟོང་ཡང་ལས་འབྲས་སོ་སོར་ངེས་ཤིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ནི།

དཔེ་འདིས་ལས་རྣམས་མ་ངེས་པ་མ་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་  
ཟད་གྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་ངེས་པ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཤད་པ།

དེའི་ཕྱིར་རྣམ་སྒྲིན་མི་དགེ་ནག་པོའི་ལས། །

རྣམ་སྒྲིན་དགེ་ཉིད་དགེ་ལས་ཡིན་མཐོང་ཞིང་། །

དགེ་མི་དགེ་མེད་སྟོ་ཅན་མཐར་འགྱུར་ཏེ། །

ལས་འབྲས་རྣམས་ལ་སེམས་བའང་དགག་པ་མཛད། །༡༢

གལ་ཏེ་ཡང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་གཉིས་རང་བཞིན་  
མེད་པ་ཡིན་མོད་གྱི། དེ་ལྟར་ཡང་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པའི་མཐོང་བ་



ངེས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ན།      རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ནི་མི་  
དགེ་བ་ལས་མ་ཡིན་ལ།      ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་དགེ་བ་ལས་མ་ཡིན་  
ནོ།      །དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་མི་དམིགས་པས་ནི་ཐར་པར་  
འགྱུར་རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་ཤིན་  
དུ་ངེས་པར་དཔྱེད་པར་བྱེད་པ་རྣམས་ལ།      ལས་དང་འབྲས་བུ་ལ་  
སྐྱར་བ་བཏབ་པ་ལས་ཀྱན་རྫོབ་འཇིག་པར་འགྱུར་དུ་འོང་ངོ་སྟམ་སྟེ།  
ལས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲབ་བོ་  
ཞེས་ལས་དང་འབྲས་བུ་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་པ་དགག་པ་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་ལས་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་གསུངས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་ལ། ཀུན་  
གཞི་སྟགས་གསུངས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་དང་།      དེ་བཞིན་གསེགས་པས་ཡོད་  
པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་དྲང་དོན་དུ་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ལས་རྣམས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འབྲེལ་བ་རྣམ་པར་  
བཞག་ན། འོ་ན་འཕགས་པ་ལང་ཀར་གསེགས་པ་ལ་སྟགས་པ་རྣམས་  
ལས།      ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་མཐའ་ཡས་པའི་རྣམ་པའི་  
བྱུང་པར་ཀྱི་གཞི་ས་བོན་ཐམས་ཅད་བ་སྒྲབས་རྣམས་ལ་རྒྱ་མཚོ་ལྟར་  
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་རྒྱར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཅི་རྣམ་  
པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཞིག་གམ་ཞེ་ན།

དེ་ལྟར་ནི་མ་ཡིན་ཏེ།      དེ་སྐད་དུ་ཉེ་བར་བསྟན་པས་གདུལ་བུ་  
རྣམས་ལ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་རོ།      །དངོས་པོ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱི་རང་བཞིན་རྗེས་སུ་ཞུགས་པའི་ཕྱིར།      ལྟོང་པ་ཉིད་ཁོ་ན་ཀུན་

གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སྒྲས་བསྟན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཀྱན་  
གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབའ་ཞིག་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཀྱི་གང་ཟག་  
ཀྱང་ཡོད་དེ། དེས་འདུལ་བའི་སྐྱེ་བོ་ལ་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པས་  
རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

རི་སྐད་ཏུ། དག་སྟོང་དག་སྟངས་པོ་ལ་ནི་ཁྱར་རོ། །ཁྱར་ཁྱར་བ་ནི་  
གང་ཟག་གོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཁ་ཅིག་ལ་ནི་སྟངས་པོ་ཅམ་  
ཞིག་བསྟན་པ་མཛད་དེ། སེམས་ཞེས་བྱ་བའམ་ཡིད་ཅེས་བྱ་བའམ།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་རྣམ་རིང་པོར་དད་པ་དང་ཚུལ་  
བྱིམས་ལ་སོགས་པས་ཡོངས་སུ་བསྟོས་ཤིང་གོང་ཏུ་འགྲོ་བ་ནི་ཕྱི་མ་  
ལ་མཐོ་རིས་སུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གང་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །

འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དགོངས་པའི་དབང་གིས་གསུངས་པ་  
ཡིན་ནོ། །འདིར་དགོངས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ་

ཀྱན་གཞི་ཡོད་ཅིང་གང་ཟག་ཉིད་ཡོད་ལ། །

སྟངས་པོ་འདི་དག་འབའ་ཞིག་ཉིད་ཡོད་ཅེས། །

བསྟན་ལ་འདི་ནི་དེ་ལྟར་ཆེས་ཟབ་དོན། །

རིག་ལར་མི་འགྱུར་གང་ཡིན་དེ་ལོ། །༡༩

གཏུལ་བྱ་གང་དག་ཡུན་རིང་པོར་སྐྱེགས་ཀྱི་ལྟ་བ་ལ་གོམས་  
པར་བྱས་པས་ཆོས་ཉིད་ཟབ་མོ་ལ་འརྱུག་པར་མི་རུས་ཤིང་། བདག་  
མེད་དོ་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་རི་སྐད་བསྟན་པའི་ཆོས་ཉིད་  
ཐོས་ནས་སྒྲག་པ་ཐོག་མ་ཁོ་ནར་སྟོན་པའི་ཉེ་བར་བསྟན་པ་ལ་

གཡང་ས་དང་འདྲ་བར་སེམས་པ་དེ་དག་དེ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྤྱགས་པས་  
 དོན་ཆེན་པོ་བསྐྱབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཆེས་ཐོག་མར་ཀུན་གཞིའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་བསྟན་པས་ནི་མུ་སྟེགས་ཀྱི་ལྷགས་  
 བསལ་ནས་དེ་དག་གི་དོན་ཆེན་པོ་འདྲེན་པར་འགྱུར་ཞིང་། སྤྱི་ནས་  
 གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་སྤྱན་ཅི་མ་ལོག་པར་རིག་པ་རྣམས་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
 དེ་དག་སྤྲོད་བར་འགྱུར་བས་ཡོན་ཏན་ཁོ་ན་འབྱུང་གི་སྦྱོར་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ཇི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་ལྟས།

གང་ཞིག་གང་གང་ལ་དགའ་བ། །དེ་ཡི་དེ་དེ་སྐར་དབྱེད་བྱ། །  
 ཉམས་པར་གྱུར་པ་དམ་ཆོས་ཀྱི། །སྤྲོད་ནི་ཅིས་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་  
 བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཐམས་ཅད་དྲང་དོན་དུ་  
 བསྟན་པ་ནི།

གཞུག་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་དང་པོར་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 ལ་སོགས་པ་བསྟན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྱེད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་།

འཛིན་ཆོག་ས་ལྟ་དང་བྲལ་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །

དི་ལྟར་བ་དང་བ་ཡི་བསྟན་པ་ལྟར། །

དེ་བཞིན་དངོས་རྣམས་རང་བཞིན་ཨེད་ཨོད་ཀྱིས། །

ཡོད་ཅེས་དྲང་དོན་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་ཡིན། །༡༤

འཛིན་ཆོག་ས་ལ་ལྟ་བ་མཐའ་དག་སྤངས་པས་ངར་འཛིན་པ་  
 དང་ང་ཡིར་འཛིན་པ་སྤངས་སུ་བྱེད་ཀྱང་། ང་དང་ངའི་ཞེས་བསྟན་

པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཡིན་པའི་  
 བྱིན། བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ང་དང་ངའི་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་རི་རྒྱུད་  
 བསྟན་པ་དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་རྣམས་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཡང་དེ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ཉེ་བར་བསྟན་པ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཁོང་དུ་  
 ཆུད་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིན། ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པ་མཛད་དོ། །

རི་རྒྱུད་དུ། ཤར་གྱི་རི་བོའི་སྤེ་དང་མཐུན་པའི་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་  
 དག་ལས། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་རྣམ་འདྲེན་རྣམས། །འཇིག་རྟེན་མཐུན་  
 པར་མི་འཇུག་ན། །སངས་རྒྱས་ཆོས་ཉིད་གང་ཡིན་དང་། །སངས་རྒྱས་  
 སུས་ཀྱང་ཤེས་མི་འགྱུར། །ལུང་པོ་དག་དང་ཁམས་རྣམས་དང་། །  
 རྒྱུ་མཆེད་རང་བཞིན་གཅིག་བཞིད་ལ། །ཁམས་གསུམ་པོ་དག་སྟོན་  
 མཛད་པ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །མིང་མེད་པ་ཡི་  
 ཆོས་ཀྱི་རྣམས། །བསམ་དུ་མེད་པའི་མིང་དག་གིས། །སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་ཡོངས་བརྗོད་པ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །  
 དངོས་མེད་ཉེ་བར་སྟོན་མཛད་ཅིང་། །སངས་རྒྱས་རང་བཞིན་ལ་  
 བཞུགས་པས། །དངོས་མེད་འགའ་ཡང་འདྲིར་མེད་པ། །འདི་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །དོན་དང་དོན་མེད་མི་གཟིགས་ལ། །འགོག་  
 པ་དང་ནི་དམ་པའི་དོན། །སྤྱོད་པ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་གསུངས་པ། །འདི་  
 ནི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །ཞིག་པ་མེད་ཅིང་རྒྱུ་མེད་ལ། །ཆོས་  
 ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་གྱུར་ཀྱང་། །བསྐྱེད་པའི་བསྐྱེད་པ་བརྗོད་  
 མཛད་ལ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །དུས་གསུམ་དག་

དུ་སེམས་ཅན་གྱི། །རང་བཞིན་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ལ། །སེམས་ཅན་  
ལས་ཀྱང་སྟོན་མཛད་པ། །འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་མཐུན་འཇུག་ཡིན། །  
ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་རྣམ་རིག་པའི་ལྷགས་དགག་པ་ལ། ཟ࿳གས་སྡེ་མ་དང་། དེ་  
དགག་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ་གཉིས། གསུང་རབ་གྱི་དོན་རྣམ་པར་བཞག་པ་དང་།  
དེས་རང་ལྷགས་གྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ལ་གཉིས། རྒྱལ་སྐྱུ་གྱིས་སྤིང་  
གསུམ་རྣམ་ཤེས་ཅམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཟ࿳་དོན་མེད་ཀྱང་ཤེས་པའི་རྒྱ་བསྟན་  
པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟེ་བ་པ་དབུ་མའི་ལྷགས་རི་  
སྐད་བསྟན་པ་མི་བཟོད་ཅིང་། །རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་སྐྱུར་བའི་  
ལྷགས་བཟོད་པའི་སྟོན་ས། དོན་དག་འཇོག་པར་བྱེད་པ་རྣམས་གྱི་རི་  
སྐད་བཤད་པའི་ལྷགས་བསལ་བའི་ཕྱིར། ཟ࿳ས་པ།

གཟུང་བ་མེད་པས་འཇིག་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། །

སྤིང་གསུམ་རྣམ་ཤེས་ཅམ་དུ་རབ་རྟོགས་པས། །

ཤེས་རབ་ལ་གནས་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དབའ་དེས། །

རྣམ་ཤེས་ཅམ་དུ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་འགྱུར། །༡༥

གནས་ཞེས་བྱ་བའི་སྟེ་འདི་ནི་བཞུགས་པ་ལ་འཇུག་གོ། །ཤེས་རབ་  
ལ་གནས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ལ་གནས་ཏེ། །དེ་འདི་ལ་ཡོད་པས་ཤེས་  
རབ་ལ་གནས་ཏེ། །ཤེས་རབ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ་བྱའོ། །བྱང་རྒྱལ་  
སེམས་དཔལ་དེས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོན་དུ་ཟ࿳གས་པ་ལ་རབ་དུ་གནས་

པའོ། །གང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པ་དང་ལྷག་པར་སྒྲོ་མ་  
བཏགས་པར་རྟོགས་པ་དང་མཐོང་བ་དང་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་དེ་ནི་  
དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་སྟེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་  
པར་འགྱུར་ཞེས་ཆོག་རྣམ་པར་སྐྱར་རོ། །གཟུགས་མེད་པས་སེམས་  
དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་པར་འགྱུར་  
བའི་དངོས་པོ་ཙམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་ཞེས་བྱའོ། །

ཡང་ངི་ལྟར་འདིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་  
པར་འགྱུར་ཞེ་ན། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལྟར།

གཟུང་བ་མེད་པས་འཇིན་པ་མ་མཐོང་ཞིང་། སྲིད་གསུམ་རྣམ་  
ཤེས་ཙམ་དུ་རབ་རྟོགས་པས། །ཞེས་བྱ་བ་སྤྲུལ་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་འཆད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་པས་སེམས་  
ལ་གཟུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་འཇིན་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་  
མཐོང་ཞིང་། ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་མོ་ཞེས་  
ཡུན་རིང་པོར་གོམས་པར་བྱེད་ལ། དེ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་ཀྱང་  
བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དངོས་པོ་ཙམ་ཞིག་རང་རིག་པས་མཐོང་སྟེ། དེའི་  
ཕྱིར་རིམ་པ་འདིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་དུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་  
པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ཕྱི་དོན་མེད་ཀྱང་ཤེས་པའི་རྒྱ་བསྐྱར་པ་ནི།

གལ་ཏེ་འདི་དག་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཉིད་ཡིན་ན། འོ་ན་

འདིར་ངི་ལྟར་བྱི་རོལ་གྱི་དོན་མེད་པར་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་ཙམ་སྟེ་བར་འགྱུར་ཞེ་ན། ལྷན་པ།

དི་ལྟར་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེད་བས་སྐྱེ་མཆོ་ནི། །

ཆེ་ལས་སྐྱེ་རྒྱུ་ལས་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་བྱ། །

ཀྱན་གྱི་ས་བོན་ཀྱན་གཞི་ཞེས་བྱ་ལས། །

རང་གི་བྱས་པས་རྣམ་ཤེས་ཙམ་ཞིག་འབྱུང་། །༡༤

དི་ལྟར་སྐྱེ་མཆོ་སྐྱེ་རྒྱུ་ལས་གྱི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་ཆུའི་ཡན་ལག་རྒྱུད་  
གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱེད་པ་ལས། རྒྱུད་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཉེ་བར་ལྷགས་པས་  
གཉིད་ལོག་པ་ལྟ་བུའི་སྐྱེ་རྒྱུ་ལས་རྣམས་འགྲན་པའི་སྟོན་ནས་བདག་གི་  
ལུས་རྟེན་པ་ལྟར་ཀྱན་ནས་ཡོངས་སུ་རྒྱག་པར་རྟོགས་པ་དེ་བཞིན་  
བྱ། འདིར་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པ་ཐོག་  
མ་མེད་པའི་དུས་ནས་ཞུགས་པ། གཟུང་བ་དང་འཛིན་པར་མངོན་  
པར་ཞེས་པའི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སླིན་པ་ལས་བདག་ཉིད་ཀྱིས་  
དངོས་པོ་ཡོད་པ་ཐོབ་པར་འགག་བཞིན་པས། ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ལ་གང་བག་ཆགས་གྱི་བྱུང་པར་རང་གི་རྣམ་པ་དང་རྗེས་སུ་  
འབྲེལ་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་སྟེ་བའི་རྒྱུར་གྱུར་པ་གཞན་པ་  
རིམ་གྱིས་རང་ཡོངས་སུ་སླིན་པའི་རྟེན་ལྷགས་པས་ཡོངས་སུ་སླིན་པ་  
ཐོབ་པ་དེ་ལས་གང་ཡོངས་སུ་མ་དག་པ་གཞན་གྱི་དབང་ཙམ་ཞིག་  
ཉེ་བར་བསྐྱེད་པ་དེ་ཉིད་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པའི་  
རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཀྱན་དུ་རྟོག་པར་བྱེད་གྱི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་ཐ་

དད་པར་གྱུར་པའི་གཟུང་བ་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
དཔེར་ན། དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་རྒྱུར་སྤྱོད་བ་རྣམས།

བ་ནི་བ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱི་རྒྱ། །ཆུ་ཤེལ་ཆུ་རྣམས་ཀྱི་བཞིན་དང་། །སྒྲག་  
ཤ་ཡལ་ག་རྣམས་ཀྱི་ལྟར། །དེ་ནི་ལུས་ཅན་ཀྱན་ཀྱི་རྒྱ། །ཞེས་དབང་  
ཕྱག་ལ་སོགས་པ་འགྲོ་བའི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དུ་སྤྱོད་བར་བྱེད་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྤྱོད་བ་རྣམས་ཀྱང་ཀྱན་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་དངོས་པོ་མཐའ་དག་གི་དམིགས་པའི་ས་བོན་གྱི་  
རྟེན་ཉིད་ཀྱིས་ས་བོན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་བར་བྱེད་དོ། །གང་དབང་ཕྱག་  
རྟག་ལ་ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་  
བྱུང་པར་རོ། །

གཉིས་པ་དེས་རང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་གསུང་རབ་ཀྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ནི་འདི་ཡིན་པར་  
གྲགས་པ།

དེ་ཕྱིར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་གང་། །

དངོས་པོ་བརྟག་པར་ཡོད་པའི་རྒྱུར་འགྱུར་ཞིང་། །

ཕྱི་རོལ་གཟུང་བ་ཅིང་པར་འགྱུར་འགྱུར་ལ། །

ཡོད་དང་སྤྱོད་ཀྱན་ལྟལ་མིན་རང་བཞིན་ཡོད། །ལ།

གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་འདི་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་ཁས་སྒྲང་བར་  
བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་དེ་ནི་རྟོག་པ་དུ་བ་མ་ལུས་པའི་གཞིར་འདོད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །སྤྱལ་དུ་འབྱུལ་པ་ཐག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ནི་དེ་ལ་མ་སྟོས་



པར་མི་རིགས་ལ། བྱམ་པར་འབྲུལ་པ་ས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 ཅན་ནི་ས་ལ་སོགས་པ་ལ་མ་སྟོས་པར་ནམ་མཁའི་ཁམས་སུ་འབྱུང་  
 བར་མི་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་སྤྱི་ལོ་གྱི་དོན་མེད་ན་  
 སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པ་ཅིའི་རྒྱ་མཚན་ཅན་ཞིག་དུ་འགྱུར། དེའི་  
 ཕྱིར་གདོན་མི་བྱ་བར་རྟོག་པའི་རྒྱ་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཁས་  
 གུང་བར་བྱ་སྟེ། ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ།།

དེ་ལྟར་ན་གང་གི་ཕྱིར་གང་ལ་གང་མེད་པ་དེ་ནི་དེས་སྟོང་པར་  
 ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མཐོང་ལ། གང་ཞིག་འདིར་ལྷག་མར་ལུས་པར་  
 རྒྱུར་པ་དེ་འདི་ན་བདེན་པར་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་པ་འདི་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
 པར་འབྲུག་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱང་ལེགས་  
 པར་གཟུང་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ནི་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་མ་ཡིན་  
 པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡང་ཡིན་ཏེ། མངོན་པར་བརྗོད་པ་ནི་བཏགས་  
 པའི་རྣམ་པ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རི་སྤྱིད་མངོན་པར་བརྗོད་པ་ཡོད་  
 པ་དེ་སྤྱིད་དུ་དངོས་པོ་བརྗོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།།

དེའི་ཕྱིར་མདོར་བསྟུན། འདིར་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ལ་  
 གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཤེས་བྱ་མེད་པར་རང་གི་བག་  
 ཆགས་ཁོ་ན་ལས་འབྱུང་བ་དང་ཡོད་པ་ཉིད་དང་སྟོས་པའོ། །གཅིག་  
 གི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །གདགས་པར་ཡོད་པའི་དངོས་པོའི་རྒྱ་

ཉིད་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་ལས་གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དེ་ནི་གསུམ་པོ་ལས་ཐ་མི་  
དང་ངོ་ཞེས། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ་གཉིས། དགག་པ་དངོས། བཀག་པ་ལ་འགལ་བ་སྤང་  
བའོ། །དང་པོ་ལ། ཕྱི་དོན་མེད་པའི་ཤེས་པ་དགག །གཉིས་མེད་གཞན་དབང་རྣམ་  
གྲུབ་དགག །སྒྲིལ་པ་ཀྱན་གྱི་ཡུལ་མིན་པར་ཡོད་པ་དགག །ཀྱན་རྫོབ་པའི་རྒྱར་ཡོད་  
པ་དགག་པ་དང་བཞི། དང་པོ་ལ། མི་ལམ་གྱི་མཐུན་དཔེ་དགག །རབ་རིབ་གྱི་མཐུན་  
དཔེ་དགག །ཀློང་རྩས་གྱི་མཐུན་དཔེ་དགག །འབྲུལ་བའི་དཔེ་གཞན་ཡང་དགག །  
དོན་བསྐྱུ་བ་དང་ལྔའོ། །དང་པོ་ལ། མི་ལམ་དུ་སེམས་མི་འབྱུང་། དུན་པས་འབྱུང་ན་  
ཡུལ་ཡང་འབྱུང་། དེའི་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དགག་པ་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི།

འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་སྟེ།

ཕྱི་རོལ་མེད་སེམས་དཔེ་ནི་གང་དུ་ཡོད། །

ཅེས་འདི་ཉིད་ཡང་དག་པར་དབྱད་པར་བྱའོ། །སྒྲིལ་པ།

མི་ལམ་གྱི་བཞིན་ཞེན་.....

ཁང་མིག་ཤིན་དུ་རྒྱུད་དུ་འཛིན་དུ་ཉལ་ཤིང་གཉིད་ཀྱིས་ལྷག་  
པས་ཁང་པའི་ནང་དུ་སྤང་པོ་ཆེ་མྱོས་པའི་བྱ་མིས་པ་ནི་ངི་ཞིག་ལྟར་  
ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་མེད་བཞིན་དུ་  
གདོན་མི་བྱ་བར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདི་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ། །

འདི་ཡང་སྒྲིང་པོ་མེད་པ་ཉིད་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

.....དེ་བསམ་བྱ། །

ཡང་དེ་ཅི་ཞིག་ཞེན། བཤད་པ།

གང་ཆེ་ང་ལ་མི་ལམ་ན་ཡང་ཞེས་ས། །

ཡོད་མིན་དེ་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱི་དཔེ་ཡོད་མིན། །༤༩

གང་བ་སྐང་ཕྱོས་པའི་ཁྱའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་དེ་ནི་ཡུལ་  
ལྷར་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་མེད་ན་ཡང་གཉི་ག་ལ་གྲུབ་པའི་དཔེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་  
ཕྱི་རོལ་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དྲན་པས་འགྲུབ་ན་ཡུལ་ཡང་འགྲུབ་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་མི་ལམ་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནོར་བ་མེད་ན་དེའི་ཆོས་དང་  
པས་མི་ལམ་གྱི་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དྲན་པར་མི་འགྱུར་རོ་སྟེ་མ་ན་འདི་  
ཡང་མི་རུང་སྟེ། འདི་ལྟར།

གལ་ཏེ་སད་ཆེ་མི་ལམ་དྲན་ལས་ཡིད། །

ཡོད་ན་བྱི་རོལ་ཡུལ་ཡང་དེ་བཞིན་འགྱུར། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ངས་མཐོང་སྟུང་དྲན་པ། །

དེ་འདྲ་བྱི་རོལ་ལ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན། །༥༠

དི་ལྟར་མི་ལམ་གྱི་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དྲན་པ་ལས་ཡིད་ཡོད་པ་  
ཉིད་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཡུལ་གྱི་ཉམས་སུ་སྦྱང་བ་དྲན་པ་ཡང་ཡོད་  
པས་ཡང་ཡོད་པའམ། ཡང་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་ངེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་དེའི་ཉེས་སྦྱང་གི་ལན་དགག་པ་ལ། ཉེས་སྦྱང་གི་ལན་དང་། དེ་དགག་

པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྲུལ་པ། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་མི་ལམ་  
ན་ཡོད་པ་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་  
ཡོད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། དེ་ནི་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། གཉིད་ཀྱིས་  
དགྲུགས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྟའི་ཚོགས་མི་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
འདི་ལྟར།

གལ་ཏེ་གཉིད་ན་མིག་སྒྲོ་མི་སྤྲོད་པས། །

ཡོད་མིན་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཁོ་ན་ཡོད། །

དེ་ཡི་རྣམ་པ་བྱི་རོལ་ཉིད་དུ་ཞེན། །

མི་ལམ་དེ་ལྟ་དེ་བཞིན་འདིར་འདོད་ན། །༥༠

སྟེ་མི་ལམ་དུ་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་པས་སྤང་པོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་གཟུགས་  
མིག་གི་སྒྲེ་མཆེད་ཀྱིས་གཟུང་བར་བྱ་བ་དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། ཡིད་  
ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་  
མེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་བྱི་རོལ་ཉིད་དུ་  
མདོན་པར་ཞེན་པ་ནི་བསྐྱེད་དུ་མེད་དོ། །

ཇི་ལྟར་མི་ལམ་དུ་བྱི་རོལ་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་འབྱུང་  
བ་དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། མི་ལམ་དུ་ཐམས་པོ་བརྟུན་པོ་ཐམས་ཅད་རྩོན་པར་  
བསྟན། ཚུལ་དེ་སང་པའི་གནས་སྐབས་ལའང་མཚུངས། དེས་ན་དོན་ཤེས་ཡོད་མེད་

དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་གསུམ་མོ། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། མི་ལམ་དུ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་  
མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར།

དེ་ལྟར་ཁོད་ཀྱི་བྱི་ཡུལ་མི་ལམ་བྱ། །

མ་སྐྱེས་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱང་སྐྱེས་མ་ཡིན། །

དེའི་ཕྱིར།

མིག་དང་མིག་གི་ཡུལ་དང་དེས་བསྐྱེད་ཞེས་ས། །

གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་བརྟུན་པ་ཡིན། །༥༡

དེ་ལྟར་གཟུགས་མཐོང་བ་ནི་མིག་དང་གཟུགས་དང་ཡིད་དེ་  
གསུམ་པོ་ཉེ་བར་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ། མི་ལམ་དུ་ཡང་ཡུལ་ཡོངས་སུ་  
གཙོད་པ་ན་གསུམ་འདུས་པར་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་དེར་མིག་  
དང་གཟུགས་གཉིས་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གསུམ་པོ་འདི་དག་དེ་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ། །

རྒྱ་སོགས་ལྷག་མ་གསུམ་པོ་འདྲ་སྐྱེ་བ་ཡིན། །

རྒྱ་སོགས་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་སྐྱ་དང་རྒྱ་བའི་ཤེས་  
པ་ནས་ཡིད་དང་ཚེས་ཀྱི་ཁམས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་  
བར་བསྐྱེད། །དེའི་ཕྱིར་མི་ལམ་དུ་གསུམ་པོ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་  
བརྟུན་པ་དེའི་ཕྱིར་མི་ལམ་ན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་དོ་ཞེས་  
བྱ་བ་དེ་མི་རིགས་སོ། །གང་ཞིག་ཚེས་ཀྱི་སྐྱེ་མཆེད་དུ་གཏོགས་པའི་  
གཟུགས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་གཟུང་བར་བྱ་བ་ཞིག་མི་ལམ་

གང་གི་སྒྲིམ་རྩི་ལམ་ན་གསུམ་ཅན་ཡང་མི་བདེན་པ་དེའི་སྒྲིམ་  
རབ་རྒྱུ་ལྷན་པའི་སྒྲོ་ནས་མ་གྲུབ་པ་བརྒྱབ་པའི་སྒྲིམ། མད་པའི་ཆོ་ན་  
ཡང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་རྒྱུ་ལྷན་པར་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་བཤད་པ།

དངོས་ལྟམས་བརྒྱན་ཡིན་མེམས་དེ་ཡོད་མ་ཡིན།

ཇི་ལྟར་མི་ལམ་རུ་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
རྣམས་བརྟུན་པ་དེ་བཞིན་རུ་སང་པ་ན་ཡང་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་  
བྱལ། །དེའི་ཕྱིར།

164

དུ་ན་ཡང་དག་མིན། རྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་མི་ལམ་དང་འདྲ་བ། །དེ་ལྟར་  
 ཆོས་ནི་བདེ་བར་གཤེགས་པས་བསྟན། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་  
 དུ། སྤྱིད་པའི་འགྲོ་བ་མི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། །འདི་ལ་སྤྱི་ཡང་མི་སྦྱེ་འཆི་བ་  
 མེད། །སེམས་ཅན་མིང་དང་སྟོག་གྲང་མི་རྟེན་དེ། །ཆོས་འདི་རྣམས་  
 བྱི་ལྷ་བ་ཚུ་ཤིང་འདྲ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡང་ལེགས་པར་བཤད་  
 པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་དེས་དོན་ཤེས་ཡོད་མེད་དཔེ་དོན་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་སང་པའི་ཤེས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་གསུམ་ཆར་ཡང་མ་སྦྱེས་  
 པར་བཤད་ལ། མི་ལམ་ན་མི་ལམ་མི་བཞིན་པའི་ཤེས་པ་ལ་ལྟོས་  
 བས་ནི།

འདི་ན་ནི་ལྟར་སང་བཞིན་ནི་སྤྱིད་དུ། །

མ་སང་དེ་སྤྱིད་དེ་ལ་གསུམ་ལྟ་ཡོད། །

ཇི་ལྟར་མི་ཤེས་པའི་གཉིད་ཡོད་གྲང་དེ་ལས་ཐ་དད་པའི་གཉིད་  
 དང་བྲལ་བས་སང་པ་འགའ་ཞིག་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
 སྦྱེས་གྲང་མ་རིག་པའི་གཉིད་ཀྱིས་མི་ལམ་མི་བཞིན་པས་དམིགས་  
 པར་གསུམ་ཆར་ཡང་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཉིད་དང་མ་བྲལ་བ་  
 མི་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ལས་མ་ལངས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་གསུམ་ཆར་ཡང་ཡོད་དོ། །

སང་པར་གྱུར་ན་གསུམ་ཆར་ཡོད་མིན་ལྟར། །

གཉི་ཕྱག་གཉིད་སང་ལས་དེ་དེ་བཞིན་ནོ། །༥༩

རི་ལྷ་ར་གཉིད་སང་པས་སང་པར་བྱུར་པ་མི་ལམ་དུ་དམིགས་པ་  
གསུམ་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། མ་རིག་པའི་གཉིད་མ་ལྟས་  
པར་བྱུངས་མུང་བ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པ་རྣམས་  
ལ་ཡང་གསུམ་ཆར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། བྱི་རོལ་མེད་པར་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ་རབ་རིབ་ཀྱི་མཐུན་དཔེ་དགག་པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། དེའི་ཉེས་  
སྤོང་གི་ལན་འགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། དུལ་ཤེས་པར་བདེན་རྒྱན་མཚུངས་པ་  
དང་། དེ་ལྟ་མིན་ན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་ཐལ་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འོ་ན་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་ཤད་ལ་སོགས་  
པ་དམིགས་པའི་བྱིར། བྱི་རོལ་མེད་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་  
ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། ཅིའི་བྱིར་ཞེ་ན།

དབང་པོ་རབ་རིབ་བཅས་ལ་སྐྱོ་གང་གིས། །

རབ་རིབ་མཐུ་ལས་སྐྱེ་རྣམས་གང་མཐོང་བ། །

དེ་སྐྱོ་ལ་སྐྱོས་གཉིས་ཆར་བདེན་ལ་སྟེ། །

དོན་གསལ་མཐོང་ལ་གཉི་གའང་བརྒྱན་ལ་ཡིན། ༥༥

མི་ལམ་ཁོ་ན་ལྷ་ར་བལྟ་བར་བྱའོ། །རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་མཐོང་བ་  
ལ་སྟོས་ནས་སྐྱེ་ཤད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཡང་ཡོད་པ་ཡིན་ལ། རབ་རིབ་མེད་  
པའི་མཐོང་བ་ལ་སྟོས་ནས་གཉི་ག་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་དོ། །དུལ་  
མེད་པར་ཤེས་པ་ངས་པར་དཀའ་བའི་བྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་ལྟ་མིན་ན་གཞན་གྱིས་ཀྱང་མཐོང་བར་ཐལ་བ་ནི།



འདི་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་འདོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ།      དེ་ལྟར་མ་  
ཡིན་ཏེ།

གལ་ཏེ་ཤེས་བྱ་ཅིང་པར་སྒོ་ཡོད་ན། །

སྒྲ་དེའི་ཡུལ་དང་མིག་ནི་རྗེས་འབྲེལ་བའི། །

རབ་རིབ་ཅིང་ལ་འང་སྒྲ་གད་སྒྲོར་འགྱུར་ན། །

དེ་ལྟར་མ་ཡིན་དེ་ཕྱིར་དེ་ཡོད་མིན། །༥༥

གལ་ཏེ་རབ་རིབ་ཅན་ལ་སྒྲ་ཤད་དག་ཅིང་པར་སྒྲ་ཤད་ཀྱི་རྣམ་  
པ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེ་ན་ཡུལ་གང་དུ་རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་སྒྲ་ཤད་དག་  
མཐོང་བ་དེར་མིག་གཏད་པའི་རབ་རིབ་ཅིང་པ་ལ་དེ་དང་འདྲ་བར་  
སྒྲ་ཤད་ཀྱི་སྒོ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། ཡུལ་ཅིང་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡུལ་ཅིང་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ནི་  
མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ཉེས་སྒྲོང་གི་ལན་དགག་པ་ལ། རུས་པའི་སྐབས་བྱེད་དགག་པ་དང་།  
རུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་མཐའ་འཛོག་ཚུལ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། ཉེས་  
སྒྲོང་གི་ལན་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་གལ་ཏེ་ཡུལ་གྱི་ཡོད་པ་ཉིད་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་  
ཡིན་ན་ནི་འདི་དེ་ལྟར་འགྱུར་བ་ཞིག་གོ། །འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྣམ་པར་  
ཤེས་པའི་བག་ཆགས་སྒྲར་གཞག་པ་དེ་སྒྲིན་པ་དང་མ་སྒྲིན་པ་དག་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་མི་སྐྱེ་བ་དག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
གང་ལ་སྒྲིའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་གཞག་པའི་བག་

ཆགས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ཡོད་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ཤེས་  
པ་འབྱུང་གི་གཞན་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སྒྲུའོ། །འདི་ཡང་མི་རུང་ངོ་  
ཞེས་བཤད་པ།

གང་བྱིར་མཛོང་བ་དག་ལ་སྒྲོ་བྱས་ནི། །

སྒྲིན་ཅིད་དེ་བྱིར་དེ་ལ་སྒྲོ་མི་འབྱུང་། །

ཤེས་བྱ་ཡོད་དངོས་བྲལ་བས་མིན་ཞེ་ན། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི་  
དང་པོ་ནི།

རྒྱས་དེ་ཅིད་བས་འདི་ནི་འགྲུབ་མ་ཡིན། །༥༦

ཤེས་བྱ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་དང་བྲལ་བ་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གལ་ཏེ་རྒྱས་པ་ཞེས་བྱ་བ་འབའ་ཞིག་  
ཡོད་ན་ནི། དེའི་ཆོ་སྒྲིན་པ་དང་མ་སྒྲིན་པ་དག་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
འབྱུང་བ་དང་མི་འབྱུང་བ་དག་ཏུ་འབྱུར་བ་ཞིག་གོ། །དེའི་སྒྱིར་འདི་  
མི་འགྲུབ་པོ། །

གཉིས་པ་བཤད་པ་ལ། རྒྱས་གསུམ་ལ་རྒྱས་པ་མི་སྲིད་པ་སྒྱིར་བསྟན། འདས་མ་  
འོངས་ལ་མི་སྲིད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ཡང་ངེ་ལྟར་ན་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་པ།

སྒྲིས་ལ་རྒྱས་པ་སྲིད་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །

མ་སྒྲིས་ངོ་ཤོ་ལ་ཡང་རྒྱས་ཡོད་མིན། །

འདིར་རྒྱས་པ་འདི་ཡོངས་སུ་རྟོག་པ་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ད་ལྟར་

བའི་འབྲེལ་པ་ཅན་ཞིག་གས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་འདས་པ་དང་མ་  
 འོངས་པའི་འབྲེལ་པ་ཅན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་གང་། དེ་ལ་རེ་ཞིག་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་ལ་རུས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆོ་རུས་པའི་ཞེས་  
 དུག་པ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྲས་བུའི་ངོ་ཐོར་གྱུར་  
 པ་ནི་རྩ་ཉིད་ཏུ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་  
 ཏེ་ཡིན་ན་ནི་འབྲས་བུ་རྩ་མེད་པ་ཅན་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་རྩ་བུ་སྐྱེས་པ་ན་  
 ཡང་ས་ཐོན་མི་འཇིག་པར་འགྱུར་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་སྐྱེས་པའི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ལ་རུས་པ་མི་སྲིད་དོ། །གང་གི་ཆོ་རུས་པ་ལས་ཞེས་ལྟ་བུ་པ་ཡིན་  
 པ་དེའི་ཆོ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་རུས་པ་ལས་འབྱུང་བར་མི་  
 རིགས་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྐྱེས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་སྐྱེས་  
 པ་ལ་རུས་པ་སྲིད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འདས་མ་འོངས་ལ་མི་སྲིད་པ་བྱེ་བྲག་ཏུ་བཤད་པ་ལ། མ་འོངས་པ་  
 དང་། འདས་པ་ལ་རུས་པ་མི་སྲིད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། བྱད་པར་མེད་པའི་བྱད་  
 པར་ཅན་མི་འཐད་པ་དང་། དེའི་ལན་དགག་པ་དང་། ལྟོས་པས་མ་གྲུབ་པ་གསུམ་གྱི།  
 དང་པོ་ནི།

མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཡང་རུས་པ་  
 ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར།

བྱད་པར་མེད་པར་བྱད་པར་ཅན་ཡོད་མིན། །

མི་གསལ་བྱ་ལ་འད་དེ་ནི་ཡོད་པར་ཐལ། །༥༥

བྱད་པར་མེད་པར་བྱད་པར་ཏུ་བྱ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་

དོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་ཞེས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་ནི་རྣམ་པའི་བྱང་པར་ཡིན་ལ། རྣམ་པ་ནི་བྱང་པར་གྱི་གཞི་ཡིན་  
 བོ། །གང་མ་སྐྱེས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་པའམ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་  
 ཡིན་ཞེས་བྱ་བར་དགག་པ་དང་སྐྱབ་པའི་ངོ་བོས་བསྟན་པར་མི་རྣམ་  
 སོ། །གང་གི་ཆོ་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་འདི་ནི་འདིའི་རྣམ་པའོ་ཞེས་  
 བྱ་བར་གང་གི་རྣམ་པ་བྱང་པར་རུ་བྱེད་པར་འགྱུར། གང་གི་ཆོ་དེ་  
 ལྟར་བྱང་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ་འདི་ནི་འདི་ལས་འབྱུང་ངོ་  
 ཞེས་བྱང་པར་རུ་མ་སྐྱེས་པ་འདིས་ནི་རུང་ཟད་ཀྱང་བསྟན་པར་མི་  
 འགྱུར་རོ། །ཡང་གལ་ཏེ་མ་སྐྱེས་པ་ལ་རྣམ་པ་འདོད་ན། མོ་གཤམ་གྱི་  
 བྱ་ལ་ཡང་འདོད་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་པ་ལ་རྣམ་པ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ལན་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གང་ཞིག་རྣམ་པ་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བའི་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་དེ་སྟོང་ལ་བསམས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་འདིའི་རྣམ་པ་འདི་ཡིན་ཞིང་འདི་ལས་འདི་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ་  
 ཞེས་དེ་ལྟར་བྱང་པར་དང་བྱང་པར་གྱི་གཞིའི་དངོས་པོ་འགྱུབ་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཇི་སྐད་རུ། འཇིག་རྟེན་ན་འབྲས་ཆན་ཆོས་ཤིག །སྤལ་མ་  
 འདི་ལ་རས་ཡུག་ཐོགས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུས་ལ།

བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། མངལ་རུ་འཇུག་པ་གསུམ་དག་སྟེ། །  
 འཁོར་ལོས་སྐྱར་དང་རང་འབྱུང་གཉིས། །ཞེས་བཤད་དོ་སྟུམ་ན། དེ་

ཡང་སླིང་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར། །བཤད་པ།

གལ་ཏེ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བས་སྒྲིག་འདོད་ན། །

རྒྱས་པ་མེད་པ་འདི་ཡི་འབྱུང་འགྱུར་མེད། །

རེས་འགའ་གང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ན་ནི་དེ་འབྱུང་བར་འགྱུར་གྱི།  
 ཏྲག་ཏུ་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ངེས་པ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་  
 བའམ་ནམ་མཁའ་ལ་སོགས་པ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་འདིར་གལ་  
 ཏེ་རྒྱས་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ནི། རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བར་འགྱུར་  
 བ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གང་གི་ཆོ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་འོངས་པ་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱས་པ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། མོ་  
 གཤམ་གྱི་བྱ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ཏུ་རྒྱས་པ་མེད་པར་དེའི་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་བ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་རོ། །འདིས་ནི་འབྲས་ཆན་ལ་སོགས་པ་  
 དག་ཀྱང་བཤད་པ་ཡིན་རོ། །

གསུམ་པ་སྟོས་པས་མ་གྲུབ་པ་ནི།

གཞན་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་རྒྱས་པ་པན་ཚུན་སྟོས་ནས་  
 འགྱུར་ལ་རག་མོད། དེ་ལྟ་ན་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་བོ་ཡོད་པ་  
 ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར།

པན་ཚུན་དོན་ལ་བརྟེན་བའི་གྲུབ་པ་ནི། །

གྲུབ་མིན་ཉིད་ཅེས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །༥༩

རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་ན་ནི་དེའི་རྒྱས་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ཡིན་རོ་ཞེས་དེ་ལྟར་པན་ཚུན་གྱི་དོན་ལ་

བཞེན་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་འགྱུར་མོད་ཅེ་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་རོ། །དཔེར་ན་རིང་པོ་ཡོད་ན་སྤང་  
བྱུང་འགྱུར་ལ་སྤང་བྱ་ཡོད་ན་རིང་པོར་འགྱུར་ཞིང་། ས་རོལ་ཡོད་ན་  
ཚུ་རོལ་བྱུང་འགྱུར་ལ་ཚུ་རོལ་ཡོད་ན་ས་རོལ་འགྱུར་བ་ལྟགས་  
པར་འགྱུར་གྱི་དེ་དག་ལ་གྲུབ་པ་རང་བཞིན་པ་མེད་དོ། །དེ་ལྟ་ཡིན་  
ན་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྣ་བའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཉིད་བྱུང་འགྱུར་རོ། །རྩི་  
སྐད་དུ།

བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། འབྲས་བུ་མེད་པར་རྒྱ་ཡི་ནི། རྒྱ་ཉིད་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པ། །དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་འབྲས་བུ་ཀྱན། རྒྱ་ཉིད་དུ་ནི་ཐལ་བར་  
འགྱུར། །ཞེས་བཤད་ལ།

བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་གང་སྟོས་འགྲུབ། དེ་  
ཉིད་ལ་ཡང་སྟོས་ནས་ནི། སྟོས་བྱ་གང་ཡིན་དེ་འགྲུབ་ན། །གང་ལ་  
སྟོས་ནས་གང་ཞིག་འགྲུབ། །ཅེས་གསུངས་སོ། །འདིའི་དོན་ནི་འདི་  
ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་  
རྣམ་པར་ཁྱད་པར་ལ་སྟོས་ནས་འགྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ལ་ཡང་སྟོས་ནས་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་འགྲུབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། སྟོས་པར་བྱ་  
བ་དངོས་པོ་རྣམ་པར་ཁྱད་པར་གང་ཡིན་པ་དེ་འགྲུབ་ན། དེ་ནི་གཉི་  
ག་འགྲུབ་པར་བྱ་བ་གང་ལ་སྟོས་ནས་གང་ཞིག་འགྲུབ་པར་འགྱུར་བ་  
བརྗོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་།

དངོས་པོ་སྟོས་འགྲུབ་གང་ཡིན་པ། །དེ་མ་གྲུབ་ན་ངེ་ལྟར་སྟོས། །  
 ཅི་སྟེ་འགྲུབ་པ་སྟོས་ཤེ་ན། །དེ་ནི་སྟོས་པར་མི་རིགས་སོ། །ཞེས་  
 གསུངས་སོ། །འདིའི་དོན་ཡང་འདི་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རུས་པ་ལ་སྟོས་ནས་འགྲུབ་ན། །དེ་གྲུབ་པའམ་གྲུབ་པ་ཞིག་རུས་པ་  
 ལ་སྟོས་གང་། གལ་ཏེ་མ་གྲུབ་པ་ཡིན་ན་ནི། མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར་བོང་  
 བུའི་རྩ་ལྟར་རུས་པ་ལ་མི་སྟོས་སོ། །འོན་ཏེ་གྲུབ་པའི་སྟོས་ན་ནི། གྲུབ་  
 པའི་སྤྱིར་དེ་སྟོས་པར་མི་བྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟར་པན་ཚུན་དོན་ལ་བརྟེན་  
 པའི་གྲུབ་པ་ནི་གྲུབ་པ་མིན་ཞེས་མཁྱེན་རབ་མངའ་བ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གསུངས་སོ། །དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་མ་འོངས་པ་ལ་ཡང་རུས་པ་ཡོད་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འདས་པ་ལ་རུས་པ་མི་འཐད་པར་བསྟན་པ་ལ། གཞན་ལས་གཞན་  
 འབྱུང་ཞིང་ཏ་ཅང་ཐལ་བ་དང་། དེའི་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།  
 ད་ནི་འདས་པ་ལ་ཡང་རུས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་  
 པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

གལ་ཏེ་འགགས་པའི་རུས་སྤྱིན་ལས་འགྱུར་ན། །

གཞན་གྱི་རུས་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་བར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་སྟོས་ནས་འགགས་བཞིན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པས་འབྲས་  
 བུའི་དོན་དུ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རུས་པའི་བྱུང་པར་  
 གཞག་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགགས་པའི་རུས་པ་སྤྱིན་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་ན་ནི་དེའི་ཆོ་

གཞན་གྱི་རུས་པ་ལས་གཞན་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
གང་གི་ཕྱིར།

རྒྱན་ཅན་རྣམས་དེར་ལན་རྒྱན་ཟེ་དད་ཡོད། །

ཏ་རུ་ནི་རྒྱས་པ་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིའི་ལྟར་ན། བརྒྱད་པས་ན་  
རྒྱན་ཏི་རྒྱ་ལྷང་གི་རྒྱན་ལྟར་རྒྱན་ཆགས་པ་རྒྱན་ལྷགས་རྒྱ་དང་འབྲས་  
བུ་འབྲེལ་བར་འབྱུག་པ་ན་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བ་བརྒྱད་པས་བར་མེད་  
པར་རིམ་པ་རྣམས་པར་མ་ཆད་པར་གནས་པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་  
རུས་གསུམ་པའི་ཉི་བར་ལེན་པ་ཅན་ལ་བྱ་ལ། དེ་རྒྱན་གྱི་ཆ་ཤས་རྣམས་  
ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་རྣམས་ལ་ཡོད་པས་ན་རྒྱན་གྱི་ཡན་ལག་རྣམས་ཀྱི་སྐྱད་  
ཅིག་རྣམས་ལ་རྒྱན་ཅན་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དེ་དག་པན་རྒྱན་ཏི་གཞན་  
དང་གཞན་རུ་ཐ་དད་ཅིང་གཞན་ཉིད་རུ་གཞན་གྱིས་ཁས་སྲུངས་པ་  
ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འབྲས་བུའི་སྐྱད་ཅིག་བག་ཆགས་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་རུས་  
ཕྱིས་འབྱུང་བ་ལ་རྒྱའི་སྐྱད་ཅིག་བག་ཆགས་འཛོག་པར་བྱེད་པ་ལས་  
གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་གཞན་གྱི་རུས་པ་ལས་གཞན་  
འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་འདོད་པའི་ཕྱིར་འདི་སྒྲོན་མ་ཡིན་ནོ་སྟེ་ན། དེ་ལྟར་ནི་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་འདོད་ན། ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་  
རོ་ཞེས་བཤད་པ་ནི།

དེ་ཕྱིར་ཐམས་ཅད་ཀྱན་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར། །༥༧

ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། འདི་ནི་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འགོག་པ་བཤད་ཟིན་པས་



སྐར་ཡང་མི་བརྗོད་དོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དགག་པ་ལ། ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དང་། དེ་དགག་  
པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

འདིར་སྐྱས་པ།

གལ་ཏེ་དེར་ནི་རྒྱན་ཅན་ཁ་དད་ཀྱི། །

དེ་དག་ལ་རྒྱན་ཁ་དད་ཅེད་དེའི་ཕྱིར། །

ཉེས་ཅེད་ཅེ་ན་.....

གལ་ཏེ་ཡང་དེར་རྒྱས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་རྒྱན་ཅན་རྣམས་ལ་ཕན་ཚུན་  
གཞན་ཉིད་ཡོད་མོད་ཀྱི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་རྒྱན་འདི་ནི་གཅིག་པ་ཁོ་ན་  
ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་ལས་སྐྱེ་བར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་  
ཞེ་ན།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན་དེའི་ཆོ་ཉེས་པ་མེད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་  
ན། འདི་ཉིད་མ་གྲུབ་པས་ན།

.....འདི་ནི་བསྐྱབ་བྱ་ཞིག་གོ།

ཅེའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཁ་མི་དད་རྒྱན་སྐབས་མི་རིགས་ཕྱིར་རོ། ༥༠

སྐབས་ནི་གོ་སྐབས་སོ། །བདག་གི་དངོས་པོ་ཕན་ཚུན་ཐ་དད་པ་  
རྣམས་ནི་རྒྱན་ཐ་མི་དད་པའི་རྟེན་ཉིད་དུ་ཡོད་པར་འོས་ཏེ། གཞན་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་གཞན་བཞིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

བྱམས་ལ་ཉིར་སྐྱས་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྒྱམས་ནི། །

གཞན་ཉིད་མྱིར་ན་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་མིན་ཏེ། །

གང་དག་རང་མཆན་ཉིད་ཀྱིས་མོ་མོ་བ། །

དེ་དག་རྒྱུད་གཅིག་གཏོགས་པར་རིགས་མ་ཡིན། །༦༡

དེ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་རྒྱུད་གཅིག་པ་ཉིད་རིགས་པ་དང་ལྷན་  
པ་མ་ཡིན་ལོ་སྐྱམ་དུ་བསམས་པའོ། །དེ་ལ་རྣམ་པ་སྤྱིན་པ་ཡོད་པ་  
དང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དག་གིས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་དང་  
མེད་པ་དག་ཡིན་གྱི། ཤེས་བྱ་ཡོད་པ་དང་མེད་པས་ནི་མ་ཡིན་ལོ་  
ཞེས་གང་སྐྱུས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པ་མི་སྲིད་པར་བརྗོད་པས་ཚུལ་འདིས་  
བསལ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་མྱིར་ཤེས་བྱ་མེད་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་  
པ་ཡིན་ལོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་གནས་པ་ཡིན་ལོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་མཐའ་འཇོག་ཚུལ་དགག་པ་ལ། མྱོགས་སྐྱ་མ་  
དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ། དབང་པོ་དང་ཡུལ་གྱི་རྣམ་གཞག་བསྟན་པ།  
ཡུལ་མེད་ཀྱང་རྣམ་པ་ལས་ཤེས་པ་འབྱུང་བ། དཔེས་བསྟན་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་སྐད་བསྟན་པ་ཡིན་དང་། སྐར་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྐྱ་  
བས་རང་གི་ལྷགས་བརྗོད་པ་ལྟར་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པར་  
འདོད་པའི་དོན་གྲུབ་པར་བསམས་ཤིང་སྐྱུས་པ།

མིག་སྒྲོའི་སྐྱེ་བ་རང་བྱས་གང་ཞིག་ལས། །

དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཀྱན་ནས་སྐྱེ་འབྱུང་ཞིང་། །

རང་གི་རྣམ་ཤེས་ཉིན་གྱི་རྣམ་དེ་ལ། །

དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་མིག་ཅེས་བྱ་བར་རྟོགས། ༡༦༡

མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་བག་ཆགས་གང་ཞིག་ཀྱང་གཞིའི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་འཛོག་བཞིན་པ་ན་  
གཞན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་རུས་སྤྱིས་དེའི་རྣམ་པའི་  
རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཞིང་། རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་དེ་རུས་པའི་སྐད་ཅིག་བར་མེད་པ་གང་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བའི་  
རུས་པའི་སྐད་ཅིག་བར་མེད་པ་རྟེན་རུ་གྱུར་པ་དེ་ལ་གཏི་མུག་གིས་  
འཛིག་རྟེན་ན་དབང་པོ་གཞུགས་ཅན་མིག་ཡིན་ནོ་སྟུང་རུ་རྟོགས་ཀྱི།  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་མིག་གི་དབང་པོ་ནི་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་རུ་དབང་པོ་གཞན་ཡང་ངེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡུལ་མེད་ཀྱང་རུས་པ་ལས་ཤེས་པ་འབྱུང་བ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་མིག་གི་  
དབང་པོ་མེད་པར་བསྟན་ནས། གཞུགས་ཀྱང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་  
ཐ་མི་དད་པར་གནས་པ་ཉིད་རུ་བསྟན་པའི་སྤྱིར། ལྷན་པ།

འདི་ན་དབང་པོ་ལས་བྱུང་རྣམ་པར་རྟོགས། །

སྤྱི་གཞུང་མེད་པར་རང་གི་ས་ལོན་ལས། །

སྤྱི་མིག་ས་སྤྱང་ཉིད་འབྱུང་བར་མ་རྟོགས་ནས། །

སྤྱི་ལོས་སྤྱི་རོལ་གཞུང་བར་ཞེམས་ཁས་ལེན། ༡༦༢

རི་ལྟར་བརྒྱ་རྒྱུ་བ་ཀ་དང་ཀིང་ཤུ་ཀ་ལ་སོགས་པ་དག་དམར་  
པོའི་རྣམ་པ་ཅན་རུ་སྐྱེ་བ་ན། རོར་བུ་དག་བཞིན་རུ་སྤྱི་རོལ་གྱི་ཉེ་

བར་བསྐྱར་བའི་ཚོན་ལ་མི་ལྟོས་ཀྱི། འོན་ཀྱང་མྱ་གུ་ལ་སོགས་པའི་  
 རྒྱན་རང་གི་ས་བོན་གྱིས་འཕངས་པའི་རྒྱས་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་  
 བ་ལས་རྣམ་པ་བྱད་པར་ཅན་ཉིད་དུ་སྐྱེ་བར་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ། སྡོན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྤྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་སྡོན་པོ་ལ་སོགས་པར་སྤྲང་བ་འབྱུང་བ་ཡིན་ལ། དེའི་སྡོན་པོ་ལ་  
 སོགས་པར་སྤྲང་བ་ཉིད་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྱི་རོལ་གྱི་  
 དུལ་གྱི་ངོ་བོར་མངོན་པར་ཞེན་ཏེ། དཔེར་ན། མཚོ་ཆུ་ཤིན་དུ་དྲངས་  
 པས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ངོགས་ཀྱི་མཐར་སྐྱེས་པའི་ཤིང་གི་ཡལ་ག་  
 ལ་བཏགས་པའི་པདྨ་རྒྱ་གའི་གཟུགས་བརྟན་ཆུ་ནང་ན་ཡོད་པ་རིན་  
 པོ་ཆེའི་རྣམ་པར་སྤྲང་བ་ཆུའི་ནང་ན་སྤྱི་རོལ་ལྟ་བུར་དམིགས་མེད་  
 ཀྱི། །དེ་དེའི་ནང་ནས་ཡོད་པ་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པ་ལ་ཡང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་སྤྱི་  
 རོལ་གྱི་ངོན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དཔེས་བསྟན་པ་ནི།

རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ན།

མི་ལམ་ན་ནི་གཟུགས་ངོན་གཞན་མེད་པར། །

རང་རྒྱས་སྤྱིན་ལས་དེ་ཡི་རྣམ་ཅན་མེས་ས། །

འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་སང་ལ་འདྲ་འདྲིར། །

སྤྱི་རོལ་མེད་པར་ཡིད་ནི་ཡོད་ཅེ་ན། །༦༤

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། གནོད་བྱེད་ཡོད་པ་དང་། རྒྱབ་བྱེད་མེད་པ་གཉིས་ཀྱི།

དང་པོ་ལ། ཅུས་པ་ལས་རྣམ་ཤེས་སྐྱེ་ན་ལོང་བ་ལ་མིག་ཤེས་སྐྱེ་བར་ཐལ་བ་དང་། མི་  
ལམ་ན་ཡུལ་དབང་ཡོད་མེད་མཚུངས་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

ནི་ལྟར་མིག་ཅིད་པར་ནི་མི་ལམ་དུ། །

སྐྱོ་སྐྱེས་སྐྱེད་བའི་ཡིད་སེམས་འབྱུང་དེ་ལྟར། །

མིག་དབང་ཅིད་པར་རང་གི་ས་ལོན་ནི། །

སྐྱིན་ལས་ལོང་བ་ལ་འདྲིར་ཅིས་མི་སྐྱེ། །༦༥

གལ་ཏེ་འདྲིར་ངེ་ལྟར་སད་པའི་གནས་སྐབས་སུ་གྱུར་པ་མིག་  
གིས་གཟུགས་རྣམས་ལྟ་བ་ལས་མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆེས་གསལ་  
བར་འབྱུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། མི་ལམ་དུ་ཡང་མིག་མེད་པར་རང་  
གི་བག་ཆགས་སྤྲིན་པ་ལས་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉིད་མིག་གི་  
རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པར་སྐྱེ་ན། སད་པའི་  
གནས་སྐབས་ཀྱི་ལོང་བ་ལ་ཡང་གང་གིས་ན་འདྲིས་མ་ལོང་བ་ལྟར་  
མཐོང་བར་འགྱུར་བ་རང་གི་བག་ཆགས་ཡོངས་སུ་སྤྲིན་པ་ལས་རྣམ་  
པ་དེ་ལྟ་བུ་ཅིའི་སྤྱིར་འབྱུང་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། གཉི་ག་ཡང་མིག་མེད་  
པར་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་མི་ལམ་ན་ཡུལ་དབང་ཡོད་མེད་མཚུངས་པ་ལ། དབྱད་ན་མི་ལམ་དུ་  
ཅུས་པ་མི་འཐད་པ་དང་། མ་དབྱད་ན་མིག་གྲང་ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། ཅུས་  
པའི་ངོ་པོ་དང་། ལྷ་མི་འཐད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ཅི་སྟེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱ་ནི་མིག་

མེད་པ་མ་ཡིན་གྱི། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་  
 ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་གང་རྣམ་པ་ཡོངས་སུ་  
 སྒྲིན་པ་ཡོད་པ་དེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འབྱུང་  
 བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་གཉིད་གྱི་སྤྱིར་སྤྱི་མི་ལམ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་པ་ཡིན་  
 གྱི་སང་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན། དེ་ཡང་མི་རིགས་སོ། །ཅིའི་སྤྱིར་  
 ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལྟར་རྣམ་མི་ལམ་བྱུག་པ་ཡི། །

རྣམ་པ་སྒྲིན་ཡོད་སང་པར་མེད་འབྱུང་ན། །

བྱུག་པ་འི་རྣམ་མི་ལམ་ཞི་ལྟར་འདིར་མེད་པ། །

དེ་ལྟར་རྣམ་མི་ལམ་མེད་ཅེས་ཅིས་མི་རིགས། ༡༤༤

བྱུག་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བའི་  
 རོན་ཏོ། །གལ་ཏེ་ཆོག་གི་ཚུལ་ཅུ་ཁོ་ནས་མི་ལམ་བྱ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་  
 བུའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པ་འདོད་གྱི། སང་པ་ལ་  
 མ་ཡིན་ན་ངེད་ཅག་གི་ཆོག་གིས་ཀྱང་འདི་ནི་རི་ལྟར་སང་པ་ལ་རྣམ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྣམ་པ་སྒྲིན་པ། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དེ་བཞིན་བྱ་མི་ལམ་ན་ཡང་མེད་དོ་ཞེས་འདོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་མི་འཐད་པ་ནི།

རི་ལྟར་མི་ག་མེད་འདི་ཡི་རྒྱ་མི་ལྟར། །

རྣམ་མི་ལམ་བྱ་ཡང་གཉིད་ནི་རྒྱ་མ་ཡིན། །

པར་བརྗོད་པར་རྣམ་སོ། །མི་ལམ་མཐོང་བ་ནི་སང་པའི་གནས་



སང་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་གསུམ་པོ་འདི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་  
 ཡིན་ཏེ། དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཆི་ལམ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བསྟན་པ་ཡིན་དང་།  
 ས་རོལ་པོ་གང་ཞིག་སང་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་དོན་གྱིས་སྟོང་པ་  
 ཡིན་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆི་ལམ་གྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 བཞིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། སང་པའི་གནས་སྐབས་སུ་དམིགས་པའི་  
 ཡུལ་ནི་བརྟུན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆི་  
 ལམ་གྱི་ཡུལ་བཞིན་ལོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་པ་དང་རྣམ་པར་བྱང་བ་དག་ནི་གཞན་གྱི་དབང་མེད་ན་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཉོན་མེད་པའི་ཕྱིར། རུས་སྤལ་གྱི་སྤྱི་གོས་བཞིན་  
 ལོ་ཞེས་སྒྲུབ། །དེ་བཞིན་དུ་རབ་རིབ་གྱི་དཔེ་དག་གིས་ཀྱང་བརྗོད་  
 པར་བྱའོ།

དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲི་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྤྱོད་པ་འདིས་  
 ལན་གང་དང་གང་བཏབ་པ་དེ་དང་དེ་ནི་མཁས་པ་དབུ་མ་བས་  
 དམ་བཅའ་བ་དང་མཆོངས་པར་མཐོང་ན་ཚོད་པ་འདི་སྟེ། རྣམ་པར་  
 ཤེས་པར་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་པར་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་ལྷང་གི་སྐབས་བྱེད་མེད་པ་ནི།

དེ་བཞིན་དུ་ལྷང་གིས་གཞོན་པ་ལ་སོགས་པའི་ཉེས་པ་ཡང་སྤྱིད་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར།

“སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། །

འགར་ཡང་དངོས་པོ་ཡོད་ཅིས་མ་བསྟན་ཏོ། ། ༡༦



རི་སྐད་དུ། སྤྱིད་པ་གསུམ་ནི་བཏགས་པ་ཙམ། །རྩོ་པོ་ཉིད་ཀྱིས་  
 དངོས་པོ་མེད། །བཏགས་པ་དངོས་པོའི་རྩོ་པོར་ནི། །རྟོག་གི་པ་དག་  
 རྟོགས་པར་འགྱུར། །རང་བཞིན་མེད་ཅིང་རྣམ་རིག་མེད། །ཀྱུན་གཞི་  
 མེད་ཅིང་དངོས་མེད་ན། །བྱིས་པ་ངན་པ་རྟོག་གི་པ། །རྩོ་དང་འདྲ་  
 བས་འདི་དག་བརྟགས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་  
 པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་  
 སྟོང་པ་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐ་ཤལ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ལྷུང་ལས་འབྱུང་  
 བའི་ཕྱིར་རོ། །བ་ལང་རྟ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
 བར་བརྗོད་པ་ནི་རིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་བཞིན་དུ་བཙམ་ལྷན་འདས། །དེ་དག་དབང་པོ་འཇུག་པས་  
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་འཇུག་པ་ནི་དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཙུ་གཉིས་ཏེ། ༡ མིག་  
 གི་དབང་པོ་དང་། ༢ རྣ་བའི་དབང་པོ་དང་། ༣ སྒྲིའི་དབང་པོ་དང་།  
 ༤ རྩའི་དབང་པོ་དང་། ༥ ལྷུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་། ༦ ཡིད་ཀྱི་དབང་པོ་  
 དང་། ༧ མོའི་དབང་པོ་དང་། ༨ མོའི་དབང་པོ་དང་། ༩ སྒྲོག་གི་དབང་  
 པོ་དང་། ༡༠ བདེ་བའི་དབང་པོ་དང་། ༡༡ རྩལ་བསྐྱེལ་གྱི་དབང་པོ་  
 དང་། ༡༢ ཡིད་བདེ་བའི་དབང་པོ་དང་། ༡༣ ཡིད་མི་བདེ་བའི་དབང་  
 པོ་དང་། ༡༤ བཏང་སྟོམས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་། ༡༥ དད་པའི་དབང་  
 པོ་དང་། ༡༦ བཙུན་འགྱུས་ཀྱི་དབང་པོ་དང་། ༡༧ དུན་པའི་དབང་པོ་

དང་། ༡༩ ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དབང་པོ་དང་། ༡༩ ཤེས་རབ་གྱི་དབང་  
 པོ་དང་། ༢༠ མི་ཤེས་པ་ཀུན་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་དབང་པོ་དང་། ༢༡  
 ཀུན་ཤེས་པའི་དབང་པོ་དང་། ༢༢ ཀུན་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པའི་དབང་  
 པོ་སྟེ། དེ་ལ་མིག་གི་དབང་པོ་ནི་རྒྱས་གསུམ་རྒྱ་ཡང་མི་དམིགས་སོ། །  
 གང་རྒྱས་གསུམ་རྒྱ་མི་དམིགས་པ་དེ་ནི་མིག་གི་དབང་པོ་མ་ལགས་  
 སོ། །གང་མིག་གི་དབང་པོ་མ་ལགས་པ་དེ་དེའི་ཐ་སྟོང་རི་ལྟར་འཆལ་  
 བར་བཀྱི། །འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། ཆད་པ་སྟོང་པ་ནི། བརྒྱན་པ་ཡང་  
 དག་པ་མ་ལགས་པ་མ་མཆིས་པ་སྟེ། །འདི་ལྟར་མིང་རྒྱ་གདགས་  
 པར་བས་གྱི། རྟོན་དམ་པར་ནི་སྟོང་པ་མི་དམིགས། ཆད་པ་ཡང་མི་  
 དམིགས་སོ། །དེ་བཞིན་རྒྱ་མིག་གི་དབང་པོ་ཡང་ཆད་པ་སྟོང་པ་  
 ལྟར་བརྒྱན་ཞིང་མ་མཆིས་པ་ལ་ཡང་དག་པ་མ་ལགས་པ་སྟེ། །ལྷག་  
 པར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་གྱིས་པ་འདྲིད་པ་མ་མཆིས་པ་ཡང་དག་པ་  
 མ་ལགས་པ། འདི་ལྟར་མིང་རྒྱ་གདགས་པར་བས་གྱི། རྟོན་དམ་པར་  
 ནི་མིག་དང་དབང་པོ་མི་དམིགས་སོ། །དེ་ནི་བཙུམ་ལྷན་འདས་གྱིས་  
 ཐམས་ཅད་གྱིས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་ནས་ཅི་ཅམ་  
 རྒྱ་བྱེན་ཅི་ལྷག་ལ་གནས་པའི་སེམས་ཅན་རྣམས་གཟུང་བའི་སྟངས་རྒྱ་  
 མིག་གི་དབང་པོ་ཞེས་བཏགས་གྱི་རྟོན་དམ་པར་ནི་མ་ལགས་སོ། །  
 དབང་པོ་ནི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་ཞིང་དབང་པོ་ཉིད་གྱི་སྟོང་པ་སྟེ།  
 དེ་མིག་ནི་མིག་ཉིད་རྒྱ་མཆིས་པ་མ་ལགས་ལ། དབང་པོ་ནི་དབང་པོ་  
 ཉིད་རྒྱ་མཆིས་པ་མ་ལགས་སོ། །

དེ་ཅི་འཇིགས་དུ་ཞེ་ན། མིག་ནི་མིག་གི་རང་བཞིན་དང་བྲལ་བ་  
ལགས་ཏེ། ཆོས་གང་ལ་རང་བཞིན་མཆིས་པ་མ་ལགས་པ་དེ་ནི་  
དངོས་པོ་མ་ལགས་སོ། །གང་དངོས་པོ་མ་ལགས་པ་དེ་ནི་ཡོངས་སུ་  
མ་གྲུབ་པའོ། །དེ་ནི་མ་སྐྱེས་པ་དང་མ་འགགས་པའོ། །དེ་ནི་འདས་པ་  
དང་མ་འོངས་པ་ཞེས་གདགས་པར་བགྱི་བ་མ་ལགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་དང་། བཅོམ་ལྡན་འདས། འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། མི་ཞིག་  
གིས་ཆི་ལམ་ན་དགོད་པ་དང་། དགའ་བ་དང་། ཅེ་བ་དག་ཉལ་བ་  
ལས་སད་དེ་རྗེས་སུ་དུན་ལ་དེ་དུན་ཡང་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཅི་འཇིགས་དུ་ཞེ་ན། ཆི་ལམ་ན་ཡང་དེས་དེ་དག་མ་རྟེན་ན་  
ཉལ་བ་ལས་སད་པའི་ཆེ་ལྟ་སྟེས་ཀྱང་ཅི་འཆོལ་ཏེ་འདི་འདྲི་གནས་  
མ་མཆིས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་དབང་པོ་རྣམས་ནི་ཆི་ལམ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་  
བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱིས་དམིགས་སུ་མ་མཆིས་  
པ་སྟེ། དེ་འཇིགས་དུ་དེ་དག་ནི་བརྗོད་དུ་མ་མཆིས་པ་ཞེས་བགྱི་སྟེ།  
ཞེས་འབྱུང་ངོ་། །

དེ་ལྟར་ན་ལུང་པོ་དང་། ཁམས་དང་། སྐྱེ་མཆེད་དང་། རྟེན་ཅིང་  
འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་སོགས་པ་དག་དབང་པོ་ལྟར་རྣམ་པར་  
བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེས་ན་དེ་དག་ལ་རང་བཞིན་གོ་ག་ལ་ཡོད། དེ་འཇིགས་  
སྐྱེར་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ཀྱི་དགོངས་པ་མ་དཔྱད་པ་དག་གིས་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་ཚལ་མེད་པར་སྐྱུར་བ་རྣམ་པར་ཤེས་པར་སྐྱ་བ་འདི་བསལ་  
བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཀེང་རུས་ཀྱི་མཐུན་དཔེ་དགག་པ་ལ། གསུམ་ཆར་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་།  
མིན་ན་གནོད་བྱེད་བཟོད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྒྲུས་པ། གལ་ཏེ་ཡུལ་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་ན། འོ་ན་གང་སྒྲིབ་མའི་མན་ངག་ལས་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་  
ཀྱིས་ས་གནི་ཀེང་རུས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གང་བར་མཐོང་བ་དེ་ཅི་ལྟར།  
བཤད་པ།

རྣལ་འབྱོར་བ་ཡིས་སྒྲིབ་མའི་མན་ངག་ལས། །

ཀེང་རུས་ཀྱིས་གང་ས་གནི་མཐོང་བ་གང་། །

དེར་ཡང་གསུམ་ཆར་སྐྱེ་བ་མེད་པར་མཐོང་། །

སྐྱེ་ཡུལ་དང་དབང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འོ། །དེ་ཅིའི་སྐྱར་ཞེ་  
ན། ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ནི།

ཨོག་བ་ཡིད་ལ་བྱེད་པར་བརྟན་སྐྱར་རོ། །༡༥

འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ་ཞེས་འབྱུང་  
བའི་སྐྱར་རོ། །

གཉིས་པ་མིན་ན་གནོད་བྱེད་བཟོད་པ་ནི།

འདི་ནི་གདོན་མི་བྱ་བར་དེ་ལྟར་ཁས་སྒྲུང་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་མ་  
ཡིན་ཏེ།

ཁྱོད་ཀྱི་དབང་སྒྲོའི་ཡུལ་རྣམས་དེ་ལྟ་བ། །

དེ་ལྟར་མི་སྐྱུག་ཡིད་ཀྱི་ཡང་འབྱུང་ན། །

དེ་བཞིན་ཡུལ་དེར་སྒྲོ་གཏད་ཅིག་གོས་ཀྱིས། །

རྟོགས་འགྱུར་དེ་ནི་བརྒྱན་པར་ཡང་མི་འགྱུར། ༡༧༠

ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་སྒྲོས་གར་གྱི་ལྟ་དུ་མོ་ལ་སོགས་པ་ལྟ་བུ་ན། ཡུལ་  
དེར་མིག་གཏད་པ་རྣམས་ལས་ཇི་ལྟར་གཅིག་ལ་མིག་གི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པ་དེའི་རྣམ་པ་ཅན་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ་གཞན་དག་ལ་ཡང་ཡིན་  
པ་དེ་བཞིན་དུ། རྣལ་འབྱོར་པ་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པ་མ་ཡིན་པ་ཀེང་  
རུས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ལ་ལྟ་བུ་རྣམས་ལ་ཡང་དེའི་རྣམ་པར་ཅན་  
གྱི་ཤེས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། སྔོན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
བཞིན་ནོ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་འདི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པར་ཡང་མི་འགྱུར་རོ། །

བཞི་པ་འབྲུལ་པའི་དཔེ་གཞན་ཡང་དགག་པ་ནི།

དེ་བཞིན་དུ།

རབ་རིབ་དང་ལྡན་དབང་པོ་ཅན་མཚུངས་པ། །

ཁྱུ་འབབ་ཁྱུང་ལ་ཡི་དྲགས་རྣལ་སྒྲོ་ཡང་། །

ཤེས་པར་བྱའོ། །རབ་རིབ་མཐུ་ལས་སྒྲུ་རྣམས་གང་མཐོང་བ། །  
ཞེས་གང་བཤད་པ་དེ་དང་མཚུངས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ཅན་གཞན་  
ཡང་རིག་པར་བྱ་སྟེ་སྒྲོས་པས་ཚོག་གོ།

ལྟ་བུ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

མདོར་ན་དེ་ལྟར་ཤེས་བྱ་མེད་དེ་བཞིན། །

སྒྲོ་ཡང་མེད་ཅེས་དོན་འདི་ཤེས་པར་གྱིས། ༡༧༡

ཤེས་བྱ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཇི་ལྟ་བུ་དེ་བཞིན་དུ། ཤེས་བྱའི་རྣམ་

པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ཡང་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྐྱེས་པར་རིག་པར་  
བྱའོ། །ཁི་སྐད་ཅུ།

མ་ཤེས་པ་ནི་ཤེས་བྱ་མིན། །དེ་མེད་རྣམ་པར་ཤེས་མེད་པ། །དེ་ཕྱིར་  
ཤེས་དང་ཤེས་བྱ་གང་། །རང་བཞིན་མེད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་གསུངས། །  
ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

རྣམ་ཤེས་སྐྱུ་མ་དང་མཚུངས་པར། ཉི་མའི་གཉེན་གྱིས་གསུངས་  
 པ་ཡིན། །དེ་ཡི་དམིགས་པའང་དེ་བཞིན་ཏེ། །ངེས་པར་སྐྱུ་མའི་དངོས་  
 དང་འདྲ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་སྤྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སྐྱ་  
 བའི་བརྗོད་བྱེད་ཀྱི་གདོན་གྱིས་གཟུང་བ་སྤྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ལ་སྐྱར་པ་  
 འདེབས་པ་འདི་ནི་ཅི་ནས། བདག་ཉིད་གཡང་སར་སྐྱར་བར་བྱེད་  
 པར་མི་འགྱུར་བར་དམ་པ་སྟོང་རྗེ་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལུང་དང་  
 རིགས་པའི་གསང་སྐྱགས་བཟང་པོ་བཏབ་པས་ཚབས་ཆེར་མནན་ཏེ་  
 གཟུང་བར་བྱོལ། །

གཉིས་པ་གཉིས་མེད་གཞན་དབང་རྣམ་ཐུབ་དགག་པ་ལ། རྒྱལ་བྱེད་མེད་པ་ལ་  
གཉིས་མེད་གྱི་གཞན་དབང་ཡོད་པ་མི་འབྲད། རང་རིག་གི་རྒྱལ་བྱེད་དགག་པ་  
གཉིས་གྱི་དང་པོ་ནི།

དེའི་སྒྲིབ་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་ལ་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མི་སྲིད་པར་  
བསྟན་ནས། དངོས་པོ་ཅམ་ཞིག་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་དགག་པར་བྱ་བའི་  
སྒྲིབ། བཤད་པ།

གཤམ་ཏེ་གཞུང་མེད་འདི་ན་ལ་ཉིད་བྲམ་ཅིང་། །

གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པའི་གཞན་དབང་དངོས་ཡོད་ན། །

འདི་ནི་ཡོད་པར་གང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར། །

མ་གཟུང་བར་ཡང་ཡོད་ཅེས་བྱར་མི་རྒྱུ། །མ

གལ་ཏེ་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ཞེས་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྟོང་པ་  
གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་ན་དེའི་ཡོད་པ་དེ་སྟོང་གིས་ཤེས་པ་གང་གིས་  
དམིགས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པར་ནི་མི་འཐད་དེ། རང་གི་བདག་  
ཉིད་ལ་བྱེད་པར་འགལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །

འདི་ལྟར་རལ་གྱི་འུ་སྟོང་ཉིད་མི་གཙུག་ལ། སྟོང་མའི་རྩེ་མོ་དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཉིད་ལ་མི་རིག་ཅིང་། ལེགས་པར་བསྐྱབས་པའི་གཡེར་  
ཞིང་ཡང་ཐོར་ཅན་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་སྤྱག་པ་ལ་ཞོན་པར་མི་རུས་  
ཤིང་། མེས་རང་གི་བདག་ཉིད་མི་སྤྱིག་ལ། མིག་གིས་རང་གི་བདག་  
ཉིད་ལ་ལྟ་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནི་ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་འཛིན་པ་ཡང་  
མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་གྲུབ་པའི་མཐའ་དང་འགལ་བའི་སྤྱིར་ཏེ། གལ་ཏེ་  
རྣམ་པར་རིག་པ་གཞན་ཞིག་རྣམ་པར་རིག་པའི་ཡུལ་ཡིན་ན་རྣམ་  
པར་རིག་པ་ཅམ་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་སྤྱིར་རོ། །  
དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་དེའི་འཛིན་པ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་མ་ཡིན་  
ལ་མ་གཟུང་བ་ལ་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་རང་གི་སྦྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ། མདོར་བསྟན། དུན་པའི་སྦྱབ་བྱེད་དགག།  
ལུན་འབྲེན་གྱི་ལམ་གཞན་བསྟན་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྦྱས་པ། གལ་ཏེ་ཡང་གཞན་གཞན་གྱིས་འཛིན་པ་ཡོད་

པ་ནི་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་རང་རིག་པ་ནི་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་རང་རིག་པ་ཁོ་ནས་དེ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་བཤད་པ།

དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ཕྱོང་བར་གྱུབ་མ་ཡིན། །དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་ཏོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་མ་གྱུབ་པོ། །

གཉིས་པ་དྲན་པའི་སྐབས་བྱེད་དགག་པ་ལ། མ་གྱུབ་པས་མ་གྱུབ་པ་སྐབས་མི་རྣམས་  
 པ་དང་། རང་རིག་གྱུབ་ཀྱང་དྲན་པས་མི་འགྱུབ་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་ཁ་ཅིག་གིས་མདོ་སྤེལ་པའི་ཕྱོགས་ཁས་སྤངས་ནས་རང་རིག་  
 པ་རབ་དུ་སྐབས་པའི་ཕྱིར། རི་ལྟར་མེ་ནི་སྐྱེས་པ་ཉིད་ན་རང་གི་བདག་  
 ཉིད་དང་དུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གཉིས་སུ་མི་འཇུག་པར་ཅིག་ཅར་  
 གསལ་བར་བྱེད་ལ། སྐྱས་ཀྱང་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་དོན་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་ཉེ་བར་སྐྱེ་བ་ཉིད་ན་  
 གཉིས་སུ་མི་འཇུག་པར་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་། དུམ་སོ་སོར་ཡང་  
 དག་པར་རིག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་རིག་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་མི་འདོད་པ་དེས་ཀྱང་གདོན་མི་  
 ཟ་བར་རང་རིག་པ་ཁས་སྤང་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་མ་མཐོང་  
 རོ་ཞེས་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བའི་དྲན་པས་ཡུལ་དྲན་པ་ཉིད་དང་། ངས་  
 མཐོང་རོ་སྟམ་དུ་ཡུལ་གྱི་ཉམས་སུ་ཕྱོང་བ་དྲན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དྲན་པ་ནི་ཉམས་སུ་ཕྱོང་བའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་  
 ན་ཤེས་པ་ཡང་ཉམས་སུ་མ་ཕྱོང་བས་དྲན་པ་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་



རོ། །རང་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་རེ་ཞིག་དེ་ཉིད་གྱིས་དེ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཀྱང་དེ་མྱོང་བར་མི་  
 རིགས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཤེས་པ་གཞན་གྱིས་ཉམས་སུ་མྱོང་ན་སྟག་  
 པ་མེད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟར་སྟོན་པོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་གཅིག་  
 དེའི་མཇུག་ཐོགས་སུ་འབྱུང་བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་གཙོད་པར་ཁས་  
 ལེན་ན་སྟོན་པོའི་ཤེས་པའི་ཤེས་པ་དེ་ལ་ཡང་མྱོང་བ་པོ་གཞན་ཡོད་  
 པར་བྱ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཡང་གཞན་ཞིག་འགྱུར་དགོས་པས་སྟག་  
 པ་མེད་པའི་སྟོན་ཏུ་ཐལ་ལོ། ཤེས་པ་ཡུལ་གཞན་ཡོངས་སུ་མི་གཙོད་  
 པར་ཡང་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་རྒྱན་ལུགས་མཐའ་དག་ཤེས་  
 པ་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། སེམས་ཅན་རྣམས་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པའི་རྒྱད་གཅིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལྷན་  
 ལའི་འདབ་མ་བརྒྱ་འཕགས་པ་ལྟར་རིམ་གྱིས་འབྱུང་བ་རྣམས་འཇུག་  
 པ་ལྟར་བས་ཅིག་ཅར་དུ་འཇུག་པ་ལྟ་བུར་མངོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་སྟག་པ་མེད་པའི་སྟོན་ཡོངས་སུ་སྤང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། གདོན་  
 མི་བླ་བར་རང་རིག་པ་ཁས་སྤངས་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

དེ་ལྟར་ན་ནི་ངས་མཐོང་ངོ་སྟམ་དུ་གཉི་གའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དྲན་  
 པ་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་ཡང་འགྱུར་སྟེ། ཤེས་པའི་རང་བཞིན་རང་རིག་  
 པ་མ་རྟོགས་པ་ལ་ནི་དེའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དྲན་པ་དེ་མི་རིགས་སོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་ངས་མཐོང་ངོ་སྟམ་དུ་དུས་ཕྱིས་དྲན་པའི་ཤེས་པ་སྐྱེས་པ་ལས་

གང་ལས་རུས་ཕྱིས་གཉི་གའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་དྲན་པ་སྐྱེ་བ་ཉམས་སུ་  
 མྱོང་བའི་ཤེས་པའི་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་ཡུལ་གྱི་བདག་ཉིད་མྱོང་  
 བེད་སྐྱེས་པར་དཔོག་པར་བྱེད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་རུས་ཕྱིས་གྱི་དྲན་པ་ལས་རང་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་གྲུབ་  
 པ་ཡིན་ལ། རང་ཉམས་སུ་མྱོང་བ་ཡོད་པ་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་  
 པ་ཉིད་ཡིན་པས་དེ་ལ་འདི་ནི་ཡོད་པར་གང་གིས་ཤེས་པར་འགྱུར་  
 བེས་གང་སྐྱེས་པ་ལ། འདི་ཉི་བར་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྐྱེས་པ་དེ་  
 ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

དེ་ཉིད་གྱིས་དེ་མྱོང་བར་གྲུབ་མ་ཡིན། །

གལ་ཏེ་ཕྱི་རུས་དྲན་པ་ལས་འགྲུབ་ན། །

མ་གྲུབ་བསྐྱབ་པར་བྱ་བྱིར་བརྗོད་པ་ཡི། །

མ་གྲུབ་འདི་ནི་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན། །<sup>༢༡</sup>

དེ་ལ་གལ་ཏེ་རེ་ཞིག་རྣམས་སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པའི་དབང་རུ་  
 བྱས་ནས་དེ་སྐད་རུ་སྐྱ་ན་ནི། དེའི་ཆོ་བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རུ་དྲན་པ་མི་སྲིད་པས་རི་ལྟར་མ་  
 གྲུབ་པའི་དྲན་པས་མ་གྲུབ་པའི་རང་རིག་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར། །འོན་  
 ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་གྱི་དབང་རུ་ཡིན་ན་དེ་ལྟ་ན་ཡང་རང་རིག་  
 པའི་རྒྱ་ཅན་གྱིས་དྲན་པ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གལ་ཏེ་འདིར་མེ་བཞིན་རུ་ཤེས་པ་འགའ་  
 ཞིག་གིས་རང་རིག་པ་འགྲུབ་པར་འགྱུར་ན་ནི་དེ་ཡོད་པས་རུ་བས་

མེ་ལྷར་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བའི་དྲན་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་  
 པར་འབྱུར་བ་ཞིག་ན། རང་རིག་པ་དེ་ནི་དེ་རུང་དུ་ཡང་མ་གྲུབ་པས།  
 རང་རིག་པའི་རྒྱ་ཅན་རང་རིག་པ་མེད་པར་མི་འབྱུང་བའི་དྲན་པ་  
 ག་ལ་ཡོད། འདི་ལྷར་རྒྱ་ཅན་མཐོང་བ་ལས་ཞོར་བྱ་རྒྱ་ཤེལ་ལམ། མེ་  
 ཅན་མཐོང་བ་ལས་ཞོར་བྱ་མེ་ཤེལ་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 དག་མེད་པར་ཡང་ཆར་ལ་སོགས་པ་དང་གཙུབ་ཤིང་གཙུབས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ལས་རྒྱ་དང་མེ་དག་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་འདིར་  
 ཡང་རང་རིག་པ་མེད་པར་དྲན་པ་རི་ལྷར་འབྱུང་བ་དེ་ལྷར་བསྟན་  
 པར་འབྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་རིག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་དྲན་པ་ནི་དེ་མེད་  
 པར་མེད་པས། མ་གྲུབ་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཕྱིར་ཏེ། རང་རིག་པ་བསྐྱབ་  
 པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དྲན་པའི་ཆོག་བརྗོད་པའི་མ་གྲུབ་པ་འདི་སྐྱབ་པའི་  
 དགོས་པ་ཅན་དུ་མ་གྲུབ་སྟེ། སྒྲ་མི་ཉག་པ་ལ་མིག་གིས་གཟུང་བྱ་  
 ཉིད་བཞིན་ནོ་སྟུམ་དུ་བསམ་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རང་རིག་གྲུབ་ཀྱང་དྲན་པས་མི་འབྱུང་བ་ལ། གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 དྲན་པའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པ་དང་། རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤངས་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

རི་སྟེ་དེ་ལྷར་ནམ་པར་དཔྱོད་པ་བཏང་ནས་ཀྱང་།

རང་རིག་པ་ནི་གྲུབ་ལ་རག་མོད་ཀྱི། །

དེ་ལྷའང་དྲན་པའི་དྲན་པ་རིགས་མིན་ཏེ། །

གཞན་ཕྱིར་མ་ཤེས་རྒྱད་ལ་སྐྱེས་པ་བཞིན། །

གཏན་ཆིགས་འདིས་ནི་བྱད་པར་དག་ཀྱང་འདོམས། །༢༤

གལ་ཏེ་ཡང་ཤེས་པས་རང་གི་བདག་ཉིད་དང་ཡུལ་རིག་པར་  
བྱེད་མོད་གྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དྲན་པའི་ཤེས་པས་དེ་དག་དྲན་པ་ནི་  
མི་རིགས་ཏེ། དྲན་པའི་ཤེས་པ་ནི་ཡུལ་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ཤེས་པ་  
ལས་གཞན་ཉིད་དུ་ཁས་སྒྲངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདི་ལྟར་བྱམས་པའི་  
ཤེས་པའི་རང་རིག་པ་དང་ཡུལ་མྱོང་བ་ནི་སྤར་ཉམས་སུ་མ་མྱོང་  
བས་ཉེར་སྤངས་ཀྱི་ཤེས་པས་དྲན་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། མ་ཤེས་  
པའི་རྒྱུད་ལས་ཤེས་པ་ལྟར་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། རང་གི་རྒྱུད་དུ་  
གཏོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བས་ཀྱང་ཤེས་པ་  
དང་དོན་དག་ཉམས་སུ་མ་མྱོང་བའི་ཕྱིར། དྲན་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

ཅི་ཏྟེ་རྒྱུད་གཅིག་དུ་གཏོགས་པ་རྣམས་ལ་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་  
དངོས་པོ་གནས་པའི་ཕྱིར། དྲན་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་སེམས་  
ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་གཏན་ཆོགས་འདིས་  
ནི་བྱད་པར་དག་ཀྱང་འཛོམས། གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བའི་  
གཏན་ཆོགས་གང་ཡིན་པ་འདིས་ནི་རྒྱུད་གཅིག་དུ་གཏོགས་པ་ཉིད་  
དང་། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་ཐམས་  
ཅད་ཉེ་བར་འཛོམས་པར་བྱེད་དོ། །དྲན་པའི་ཤེས་པའི་སྤང་ཅིག་  
ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་དུས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་ནི་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱུད་  
གཞན་གྱི་ཤེས་པ་བཞིན་དུ་ཉམས་སུ་མྱོང་བའི་ཤེས་པ་དང་། རྒྱུད་  
གཅིག་དུ་གཏོགས་པ་མ་ཡིན་ལ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་གནས་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་

བྱ་བའི་གཏན་ཆོགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱེ་བའ་དགག་པར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རང་ལ་མཚུངས་པ་སྤངས་པ་ནི།

ཁྱོད་ཀྱི་ཉམས་ན་ངི་ཉམས་ཞེ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

གང་ཕྱིར་གང་གིས་ཡུལ་ཕྱོད་འགྱུར་དེ་ལས། །

དྲན་པ་འདི་གཞན་དེ་ལ་ཡོད་མིན་ལ། །

དེ་ཕྱིར་དེ་ལས་མཐོང་སྟེ་དྲན་འགྱུར་ཏེ། །

འདི་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཐ་སྙད་རྩལ་ལྷགས་ཡིན། ། ༥

གང་གིས་ཡུལ་ཕྱོད་བ་དེ་ཡུལ་ཉམས་སུ་ཕྱོད་བའི་ཤེས་པ་དེ་  
ལས་དྲན་པའི་ཤེས་པ་གཞན་ཉིད་དུ་ངི་ཉམས་མེད་པ་དེ་ཉམས་ན་སྤར་  
བཤད་ཟིན་ཏོ། །གང་གི་ཕྱིར་དྲན་པ་གཞན་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་  
དེའི་ཕྱིར། གང་ཉམས་སུ་ཕྱོད་བ་དེ་དྲན་པའི་ཤེས་པས་ཕྱོད་བ་མ་  
ཡིན་པ་མ་ཡིན་པས་དྲན་པ་ཡུལ་དང་ལྡན་པར་འབྱུང་ལ། ཉམས་  
སུ་ཕྱོད་བའི་ཤེས་པས་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དྲན་པས་  
ཡོངས་སུ་མ་བཅད་པ་མ་ཡིན་པས་བདག་གིས་མཐོང་ངོ་ཞེས་བྱ་  
བར་ཡང་འགྱུར་རོ། །འདི་ཡང་འཇིག་རྟེན་རྩལ་ལྷགས་ཡིན་གྱི་ཤིན་  
ཏུ་དབྱེད་པར་བྱ་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། བརྗོད་པའི་དོན་ཅན་ཉིད་ཀྱིས་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་སུན་འབྲིན་གྱི་ལམ་གཞན་བསྟན་པ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ།

དེའི་ཕྱིར་རང་རིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ན། །

ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་དབང་གང་གིས་འཛིན་པར་འགྱུར་། །

བྱེད་པོ་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་མིན་པས། །

དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པར་རིགས་མ་ཡིན། །<sup>༡༥</sup>

བདག་རིག་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་རིག་པར་བྱ་བ་བཞིན་པའི་བདག་  
ཉིད་ལས་ཀྱི་དངོས་པོར་འགྱུར་ལ། རིག་པར་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཀྱང་བྱེད་  
པོ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་བྱ་བ་ཡང་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་ཡིན་པས་བྱེད་པ་པོ་  
དང་ལས་དང་བྱ་བ་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་ན། འདི་དག་གཅིག་  
པ་ཉིད་ཏུ་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །འདི་ལྟར་གཙོད་པ་པོ་དང་ཤིང་དག་  
གཙོད་པའི་བྱ་བ་གཅིག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལས་ཀྱང་རང་རིག་པ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་དེ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

འཕགས་པ་ལང་ཀར་གཤེགས་པ་ལས་ཀྱང་། ཇི་ལྟར་རལ་གྱི་རང་  
གི་སོ། །གཙོད་པར་མི་བྱེད་སོར་མོ་ནི། །རང་ལ་རིག་པར་མི་བྱེད་ལྟར། །  
རང་རིག་སེམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་སྟོས་པ་ཀུན་གྱི་ཡུལ་ཅན་མིན་པར་ཡོད་པ་དགག་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རང་རིག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་མ་ཤེས་པའི། །

བདག་ཅན་གཞན་དབང་དོ་ལོ་ཞི་དངོས་ཡོད་ན། །

གང་གིས་ན་འདི་ཡོད་པར་མི་རིག་པ། །

གཞན་ལ་མོ་གསུམ་བྱས་གཙོད་ཅི་ཞིག་བྱ། །<sup>༡༦</sup>

གཞན་གྱི་དབང་བདག་དང་གཞན་ལས་མི་སྐྱེ་བ་ནི་གོང་ཏུ་ཅིར་

བསྟན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟ་ནི་མ་ཤེས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཉིད་རུ་ཡང་  
བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་གལ་ཏེ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་མ་ཤེས་  
པའི་བདག་ཉིད་ཅན་གཞན་གྱི་དབང་གི་ངོ་པོ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་  
ཁས་ལེན་ན། གང་ལས་གཞན་གྱི་དབང་དང་མཚུངས་པའི་ཆོས་ཅན་  
ཡིན་རུ་ཟིན་ཀྱང་འདི་ཡོད་པ་ཉིད་རུ་འདོད་པར་མི་འགྱུར་བ། བྱོང་  
ལ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱས་གཞོན་པ་ཅི་ཞིག་བྱས་ཏེ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་ལས་འདས་ཤིང་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་སྦྱོང་  
ཡུལ་རུ་གྱུར་པ་བརྗོད་རུ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཅི་ཞིག་ཡོད་དོ་  
ཞེས་འདི་ཡང་ཡོད་པ་ཉིད་རུ་འདོད་པར་གྱིས་ཤིག།

བཞི་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱུ་ཡོད་པ་དགག་པ་ལ། གཞན་དབང་ཡོད་ན་ཀུན་རྫོབ་  
བདེན་པ་ལས་ཉམས། བདེན་གཉིས་ལས་ཉམས་ན་ཐར་པ་མི་ཐོབ། དེའི་རྒྱ་མཚན་  
བཤད་པ་དང་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། མེད་པ་རྒྱ་མི་རུང་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་དང་  
འགལ་བ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

གང་ཡང་དངོས་པོ་བཏགས་པར་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱུར་ཅིང་ཞེས་  
སྒྲིམ་པ་དེ་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། རིགས་པ་  
ཞིག་ན།

གང་ཆེ་གཞན་དབང་རྒྱུ་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །

ཀུན་རྫོབ་པ་ཡི་རྒྱུ་ནི་གང་ཞིག་འགྱུར། །

ཀུན་རྫོབ་པ་ནམས་ལ་རྒྱ་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དོ་སྟམ་རུ་བསམས་  
པའོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐྱོད་ཀྱི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེ་

རང་ཉིད་གྱི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་གྱེ་མ་གྱེ་བྱུང།

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་དང་འགལ་བ་ནི།

གཞན་གྱི་ལྟར་ན་རྣམས་ལ་ཆགས་པ་ཡིས། །

འཇིག་རྟེན་གྲགས་པ་འདི་རྣམས་གཞན་གྱི་ཁྱད་ཀྱང་བརྟན། ༥

ཤེས་རབ་མེད་པས་རྣམས་ཤས་ཅམ་ལ་ཆགས་པ་འདི་སྒྲོ་ནས་གཞན་གྱི་དབང་གི་བུམ་པ་སོ་མ་བཏང་བར་རྒྱ་དང་འདྲ་བ་སྒྲགས་ནས་རང་གི་སྒྲོ་གྲོས་གྱི་ཚུལ་ངན་པ་འདི་ཕྱིར། འཇིག་རྟེན་པ་འདི་རྣམས་པར་གཞག་པ་འཇིག་རྟེན་ཁོ་ན་ལས་གྲུབ་པ་འདུག་ཤིག །སོང་ཞིག །བྱོས་ཤིག །ཆོས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་གཞུགས་དང་ཆོར་བ་ལ་སོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་འཇིག་པར་རྟོགས་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ལ་རྒྱད་པ་ཉིད་འབའ་ཞིག་སྲིད་པར་འགྱུར་གྱི། མངོན་པར་མཐོ་བ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བདེན་གཉིས་ལས་ཉམས་ན་ཐར་པ་མི་ཐོབ་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་སྒྲོ་བ་དཔོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ལས་རང་གི་རྣམས་པར་རྟོག་པས་སྐྱར་བའི་ལྷགས་གྱི་ལམ་ཁོ་ནར་ཁྱགས་པ།

སྒྲོ་བ་དཔོན་གྱི་སྐྱབ་ཞབས་གྱི་ལམ་ལས་ནི། །

ཕྱི་རོལ་གྱར་ལ་ཞི་བའི་ཞབས་མེད་དོ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར།

དེ་དག་གྱན་རྒྱུ་དེ་ཉིད་བདེན་ལས་ཉམས། །

དེ་ལས་ཉམས་པས་ཐར་པ་གྲུབ་ཡོད་མིན། ༥



གསུམ་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ་ནི།

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར། བདེན་པ་གཉིས་ལས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་ཐར་  
པ་མི་གྲུབ་ཅེ་ན། བཤད་པ།

ཐ་སྙད་བདེན་པ་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་དང་། །

དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུང་གྱུར་པ་དེ། །

དེ་གཉིས་ནམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་གཤམ་པ། །

དེ་ནི་ནམ་རྟོག་ཡོག་པས་ལམ་ངན་ཞུགས། ༥༠

ཇི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངེས་པར་བསྟན་པའི་ཉིང་  
ངེ་འཇོན་ལས།

འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པས་གཞན་ལ་མ་གསན་པར། །བདེན་པ་འདི་  
ཉིད་ཉིད་ཀྱིས་བསྟན་པར་མཛད། །གང་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་དེ་བཞིན་  
དོན་དམ་སྟེ། །བདེན་པ་གསུམ་པ་གང་ཡང་མ་མཆིས་སོ། །གང་གིས་  
བདེ་བར་གཤེགས་ལ་འགྲོ་བ་རྣམས། །བདེ་བའི་དོན་དུ་དད་པར་སྐྱེ་  
འགྱུར་བ། །རྒྱལ་བས་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱི་དོན་སྤྲད་དུ། །འཇིག་རྟེན་ཕན་  
ཕྱིར་ཀྱན་རྫོབ་དེ་བསྟན་ཏོ། །སེམས་ཅན་ཆོགས་ཀྱི་འགྲོ་དུག་གང་  
བསྟན་པ། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་དང་དུད་འགྲོ་ཡི་དྲགས་དང་། །ལྷ་མིན་  
རིས་དང་མི་དང་ལྷ་ཡི་རྣམས། །མི་ཡི་སང་གས་ཀྱན་རྫོབ་བཏགས་པ་  
མཛད། །རིགས་དམའ་དེ་བཞིན་མཐོ་བའི་རིགས་རྣམས་དང་། །ཕྱག་  
པོའི་བྱིམ་དང་དབུལ་པོའི་བྱིམ་རྣམས་དང་། །བྲན་གྱི་ཆོགས་དང་དེ་  
བཞིན་གཡོག་གི་ཆོགས། །བྱད་མེད་ཆོགས་དང་སྐྱེས་པ་མ་ནིང་དང་། །

འགྲོ་བའི་བྱང་པར་རི་སྟེང་གང་ཡང་རུང་། །མཚུངས་མེད་ཁྱོད་ཀྱིས་  
 འཇིག་རྟེན་བསྟན་མཛད་པ། །ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པར་མཁས་པས་  
 ཐུགས་ཚུད་ནས། །འཇིག་རྟེན་པན་པས་མི་ལ་དེ་བསྟན་ཏོ། །འདི་ལ་  
 དགའ་བའི་འགྲོ་བ་འཁོར་བ་ན། །འགྲོ་བའི་ཆོས་བརྒྱད་ལ་ནི་འཇུག་  
 འགྱུར་ཏེ། །ཐོབ་དང་མ་ཐོབ་སྟན་དང་མི་སྟན་དང་། །བསྟོད་དང་སྤང་  
 དང་བདེ་དང་སྤྱག་བསྐུལ་ལོ། །ཐོབ་པ་རྟོག་ན་དེ་ལ་ཆགས་པ་སྦྱིད་ །  
 མ་ཐོབ་ཀྱུར་ན་དེས་ཀྱང་འཁྱུག་པར་འགྱུར། །གང་གཞན་མ་བསྟན་  
 ཚུལ་འདིས་ཤེས་པར་བྱ། །ནད་ནམས་བརྒྱད་ཀྱིས་དེ་རྒྱན་གནོད་  
 པར་འགྱུར། །ཀྱན་རྫོབ་དེ་ལ་དོན་དམ་སྤྲོ་བ། །དེ་དག་ནོར་བའི་  
 སློ་ལྷན་ཤེས་པར་བྱ། །མི་སྤྱག་སྤྱག་དང་སྤྱག་བསྐུལ་བདེ་བ་དང་། །  
 བདག་མེད་རང་བཞིན་བདག་ཏུ་སྤྲོ་བ་དང་། །མི་རྟག་ཆོས་ལ་རྟག་  
 ཅེས་སྤྲོ་བའི་ཅིང་། །དེ་ལྟར་དགའ་སྟེ་མཆོན་མར་གང་གནས་  
 པ། །དེ་དག་བདེ་གཤེགས་གསུང་ནི་ཐོས་ཀྱུར་ནས། །འཇིགས་ཤིང་  
 རི་བཞིན་མི་རྟོགས་སྤྱོད་བར་བཞིད། །དེ་དག་བདེ་གཤེགས་གསུང་  
 ནི་སྤངས་ཀྱུར་ནས། །སེམས་ཅན་དཔྱལ་བར་སྤྱག་བསྐུལ་མི་བཟད་  
 ཟུང་། །དེ་དག་ཚུལ་མིན་བདེ་བ་ཆོལ་བཞིད་ཀྱང་། །སྤྱག་བསྐུལ་བརྒྱ་  
 དག་གིས་པས་ཟུང་བར་འགྱུར། །འཇིག་རྟེན་པན་པའི་བསྟན་པ་སྤྲོ་  
 ཞིག་གིས། །མ་ལོག་སློ་ཡིས་རྣམ་པར་རྟོགས་ཀྱུར་ན། །སྤྱལ་གྱི་པགས་  
 པ་རྟོག་ལྟར་རབ་སྤངས་ཏེ། །སྤྱིད་པ་ཀྱན་ལས་འདས་ནས་ནི་བར་  
 འགྱུར། །ཆོས་འདི་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་དབེན་པ་སྟེ། །སྤྱོད་པ་

མཚན་མ་མེད་པ་དོན་དམ་ཞེས། །གང་གིས་ཐོས་ནས་དགའ་བ་སྐྱེ་  
འགྱུར་བ། །དེ་དག་སྤྲོ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རྒྱལ་བ་ཁྱོད་  
ཀྱིས་ཕུང་པོ་དཔེན་པར་གཟིགས། །ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ཀྱང་  
དེ་བཞིན་ཏེ། །དབང་པོའི་གྲོང་ནི་མཚན་མས་དཔེན་པ་དང་། །ཀྱན་  
ཀྱང་ཐུབ་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་ངི་བཞིན་གཟིགས། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །  
དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པས་དཔེན་པ་  
རྣམས་ལ་ཐར་པ་ལྟ་ག་ལ་ཡོད། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྤྲོ་བ་དེ་  
དག་ནི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ལོག་པ་དག་གིས་ལམ་གོ་ལ་བར་ཞུགས་པ་  
ཁོ་ནའོ། །

འདིར་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་བདེན་པ་བསྟན་པ་ནི་ཐབས་སུ་གྱུར་པ་སྟེ། ཇི་  
སྐད་དུ། ཡི་གེ་མེད་པའི་ཆོས་ལ་ནི། །ཉན་པ་གང་དང་སྟོན་པ་གང་། །  
འགྱུར་བ་མེད་ལ་སྒྲོ་བཏགས་པས། །འོན་ཀྱང་ཉན་ཞིང་སྟོན་པ་ཡིན། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །ཐ་སྐྱད་ཀྱི་བདེན་པ་ཁོ་ན་ལ་གནས་ཏེ་དོན་དམ་  
པ་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། །དོན་དམ་པ་བསྟན་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པ་ལས་ཀྱང་  
དོན་དམ་པ་འཐོབ་སྟེ། ཇི་སྐད་དུ། བསྟན་བཅོས་ལས།

ཐ་སྐྱད་ལ་ནི་མ་བརྟེན་པར། །དམ་པའི་དོན་ནི་བསྟན་མི་འགྱུར། །  
དམ་པའི་དོན་ལ་མ་བརྟེན་པར། །ཟྱ་ངན་འདས་པ་ཐོབ་མི་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་དོན་དམ་པ་བསྟན་པ་ནི་ཐབས་ལས་བྱུང་  
བར་གྱུར་ཞིང་། །འབྲས་བུར་གྱུར་པ་སྟེ། ཐབས་ལས་བྱུང་བ་དང་།  
འབྲས་བུ་དང་། ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་། །རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་

དོན་དོ།

གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ།      ཀུན་རྫོབ་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་  
དང་། ལུང་དང་། འགལ་བ་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། ཀུན་རྫོབ་དགོས་པའི་དབང་  
གིས་ཁས་སྤངས་ཚུལ། འཇིག་རྟེན་ལ་མི་སྤང་ན་ཁས་མི་ལེན་ཚུལ། འཇིག་རྟེན་ལ་ཀུན་  
རྫོབ་དགག་མི་རུས་པ་དང་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྒྲས་པ། གལ་ཏེ་བྱོང་གིས་དེ་སྐད་དུ་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ཤིན་དུ་  
ལྷོས་པ་མེད་པར་སྤྲོ་ན། ད་ནི་དེད་ཅག་གྱང་བྱོང་ལ་བཟོད་པ་མི་བྱེད་  
དེ། གལ་ཏེ་བདག་ཉིད་གཞན་གྱི་སྟོགས་སུན་འབྲེན་པ་ཙམ་ལ་མཁས་  
པར་མངོན་པར་བྱེད་ཅིང་འཐད་པས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། གཞན་གྱི་  
དབང་གི་ངོ་བོ་སེལ་བར་བྱེད་ན། འོ་ན་ད་ནི་ངེ་སྐད་སྒྲས་པའི་འཐད་  
པ་ཁོ་ནས་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་བྱོང་ལ་གྲགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་སེལ་བར་  
བྱེད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་བྱོང་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ནས་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་  
བསགས་པའི་ནོར་གྱི་ཆོགས་འཕྲོག་པ་པོ་མཛའ་བོའི་བོལ་གྱིས་དུག་  
དང་བཅས་པའི་ཁ་ཟས་བྱིན་ནས་སྤྲོ་གས་པ་བཞིན་དུ། ལན་དུ་  
གཞོད་པ་བྱས་པས་རངས་པར་གྱུར་ན་འགྱུར་ལ་རག་སྟེ། ཁོ་བོ་ཅག་  
ནི་མངོན་པར་མཐོ་ཞིང་དགེ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ།

འདི་ལྟར།

དེ་ལྟར་བྱོང་གིས་གཞན་དབང་དངོས་འདོད་ལྟར། །

ཀུན་རྫོབ་གྱང་ནི་བདག་གིས་ཁས་མ་སྤངས། །

འབྲས་ཕྱིར་འདི་དག་མེད་ཀྱང་ཡོད་དོ་ཞེས། །

འདིག་རྟེན་དོར་བྱས་བདག་ནི་སྤྱོད་བར་བྱེད། །༡༡

ཇི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱིས་རང་དབང་དུ་གནས་ནས།      རང་གི་གཞུང་  
ལྷགས་ཀྱིས་གཞན་གྱི་དབང་གི་དོ་བོ་འཕགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
ཐུགས་སུ་ཚུད་པར་བྱ་བ་ཞིག་སྤྱོད་བ་དེ་ལྟར་ནི་ཁོ་བོས་ཀྱུན་རྫོབ་མ་  
ཡིན་ཏེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཁོ་ན་ལ་  
གྲགས་པར་གྱུར་པས་ཡོད་དོ་ཞེས་འཇིག་རྟེན་གྱི་དོ་ཁོ་ནར་བརྗོད་  
པ་ཡིན་ཏེ།      དེ་རྗེས་སུ་བརྗོད་པ་ནི་དེ་ལྟ་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ང་དང་ལྷན་  
ཅིག་ཚོད་གྱི། ང་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་མི་ཚོད་དེ། གང་འཇིག་རྟེན་ན་  
ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི་ངས་ཀྱང་ཡོད་པར་བཞིན་དོ། །གང་འཇིག་  
རྟེན་ན་མེད་པར་འདོད་པ་དེ་ནི་ང་ཡང་མེད་པར་བཞིན་དོ། །ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཞིས་པ་འཇིག་རྟེན་ལ་མི་སྤང་ན་ཁས་མི་ལེན་ཚུལ་ནི།

ཅི་སྟེ་ཀྱུན་རྫོབ་འདི།

ཇི་ལྟར་བྱང་ལོ་སྤངས་ནས་ཞིར་བྱགས་པས། །

དགྲ་བཅོམ་རྣམས་ལ་ཡོད་པ་མིན་དེ་ལྟར། །

འདིག་རྟེན་ལ་ཡང་མེད་ན་དེ་བཞིན་འདི། །

འདིག་རྟེན་ལས་ཀྱང་ཡོད་ཅེས་བདག་མི་སྤྱོད། །༡༢

ཇི་ལྟར་དགྲ་བཅོམ་པ་སྤང་པོ་ལྟག་མ་མེད་པའི་ཐུང་ན་ལས་

འདས་པའི་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་པ་རྣམས་ལ་བདག་ཉིད་ཐམས་  
ཅད་དུ་ཀུན་རྫོབ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་འཇིག་  
རྟེན་པ་ལ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ཟུར་ན་ནི་དེ་བཞིན་དུ་དག་བཅས་  
པའི་ཕྱང་པོ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་དུ། འདི་དག་ཡོད་དོ་ཞེས་འཇིག་  
རྟེན་ལ་ལྟོས་ནས་ཀྱང་ཁོ་པོ་མི་སྤྲི་སྤྲི། དེའི་ཕྱིར་གཞན་ལ་རག་ལས་  
པ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲི་ནས་བདག་གིས་ཀུན་རྫོབ་ཁས་སྐྱབས་ཀྱི་རང་དབང་  
དུ་ནི་མ་ཡིན་ཅོ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་ལ་ཀུན་རྫོབ་དགག་མི་རུས་པ་ནི།

ཁས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་ཁོ་ནས་སྐྱབས་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གང་  
གིས་ཁས་སྐྱབས་པ་དེ་ཁོ་ན་ལ་ལྟོས་ནས་སེལ་བ་ན་བསལ་བར་འོས་  
པ་ཡིན་ཏེ། གཞན་ལ་ལྟོས་ནས་ནི་མ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་བཤད་པ།

གལ་ཏེ་བྱོད་ལ་འཇིག་རྟེན་མི་གཞོད་ན། །

འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལྟོས་འདི་ནི་དགག་པར་གྱིས། །

བྱོད་དང་འཇིག་རྟེན་འདིར་ནི་རྩོད་གྱིས་དང་། །

ཕྱི་ནས་སྟོབས་ལྡན་བདག་གིས་བསྟེན་པར་བྱ། །༡༩

ཁོ་པོ་ཅག་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་བསྐྱེད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར།  
ཤིན་དུ་ཆོགས་ཆེ་བར་གནས་པར་འགྱུར་གྱི་བྱོད་གྱིས་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
ཀུན་རྫོབ་སོལ་ཅིག །གལ་ཏེ་བྱོད་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱིས་གཞོད་པར་མི་  
འགྱུར་ན་ངས་ཀྱང་བྱོད་ལ་སྟོངས་གདབ་པར་བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་གྱིས་  
ནི་གཞོད་པ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བཏང་སྟོམས་ཉིད་ལ་བརྟེན་པར་

བྱའོ། །ཁྱོད་དང་འཇིག་རྟེན་འདིར་ནི་ཚད་གྱིས་དང་། །དེ་ལ་གལ་  
 ཏེ་ཁྱོད་རྒྱལ་ན་ནི་དེའི་ཕྱིར་འདི་ཁོ་པོ་ཅག་འདོད་པ་ཉིད་ཡོད་པས་  
 ཁྱོད་ལ་བརྟེན་པར་བྱའོ། །འོན་ཏེ་ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཕམ་པར་བྱས་  
 ན་ནི་དེའི་ཆོ་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་དང་ལུན་པའི་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལ་བདག་  
 ཉིད་བརྟེན་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ལྷང་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ། ས་བརྩུ་པའི་མདོའི་དོན་དང་འགལ་བ་  
 སྤང་བ་དང་། མདོ་གཞན་གྱི་དོན་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། ཅམ་སྤྱ་  
 བྱེད་པ་པོ་གཞན་དགག་པའི་དོན་ཅན་ཏུ་བཤད། གཟུགས་ལས་ལེམས་གཙོ་བའི་དོན་  
 ཅན་ཏུ་བཤད། །གཟུགས་ལེམས་ཡོད་མེད་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་གསུམ་གྱི། །དང་པོ་  
 ལ། མདོའི་དགོངས་པ་བཤད། དེ་མདོ་གཞན་གྱིས་སྟབ་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྱས་པ། གལ་ཏེ་འཐད་པ་དང་བྲལ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 གནོད་པས་འཇིགས་ནས་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱན་རྫོབ་ཁས་སྤངས་ན་ནི། ལྷང་  
 གི་གནོད་པས་འཇིགས་པས་ལེམས་ཅམ་ཉིད་ཏུ་ཡང་ཁས་སྤང་བར་  
 བྱ་དགོས་ཏེ། ཇི་སྐད་ཏུ། དེ་འདི་སྟམ་ཏུ་ལེམས་ཏེ། འདི་ལྟར་ཁམས་  
 གསུམ་པོ་འདི་ནི་ལེམས་ཅམ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །བརྗོད་  
 པར་བྱ་སྟེ། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་གསུང་གི་ནོར་བུ་ཨིནྱ་ལྷོ་ལ་ལས་  
 སྤྱར་བའི་མདོ་སྟེང་ས་གཞི་བསྟར་བ་ལ། དེའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱད་  
 པར་མ་བྱིན་པར་བྱས་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དངོས་པོར་སྤྱོད་བའི་  
 རྩའི་རྣམ་པར་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་འབྲལ་པ་ཁྱོད་ནི་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དངོས་པོར་སྤྱོད་བའི་རྩ་ཅམ་ཞིག་བརྩུ་བར་འདོད་པས། རང་གི་སྟོ་

གྲོས་གྱི་སའི་བུམ་པ་སོ་མ་བཏང་བ་བཤལ་ཞིང་བསྐྱགས་ནས་དུམ་  
བུ་རྣམ་པར་བརྒྱུར་ལྷོག་པ་ན། བདག་ཉིད་དེའི་རང་བཞིན་ཤེས་པ་  
རྣམས་གྱིས་བཞད་གད་དུ་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་བྱེད་པ་ཡིན་ནོ། །  
མདོའི་དགོངས་པ་འདི་ནི་ཇི་ལྟར་ཁྱོད་གྱི་སྒོ་ལ་སྤང་བ་དེ་ལྟར་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ཡང་འདིར་མདོའི་དོན་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེའི་སྤྱིར་བཤད་པ།

མདོན་གྱུར་མདོན་སྒྲིགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་འཁྲིལ། །

སྲིད་གསུམ་རྣམ་ཤེས་ཅན་དུ་གང་རྟོགས་པ། །

རྟག་བདག་བྱེད་པོ་བཀག་པ་རྟོགས་སྤྱིར་དེས། །

བྱེད་པ་པོ་ནི་སེམས་ཅན་ཡིན་པར་རྟོགས། །༡༩

གང་གི་སྤྱིར། མདོ་དེ་ཉིད་ལས། ལྷགས་སུ་བྱང་བའི་རྣམ་པར་རྟེན་  
ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་རབ་དུ་རྟོག་གོ། །དེ་ལྟར་ན་སྤྱུག་བསྐྱེལ་  
གྱི་ཡུང་པོ་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་སྒྲོན་པ་བྱེད་པ་པོ་དང་ཚོར་བ་པོ་མེད་པ་  
འབའ་ཞིག་པོ་འདི་མདོན་པར་འགྱུབ་པར་འགྱུར་རོ་སྟུང་མོ། །དེ་འདི་  
སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། བྱེད་པ་པོ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པས་ལས་རྣམས་  
ཡོད་པར་གྱུར་རོ། །གང་ན་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་དེ་ན་དོན་དམ་པར་  
ལས་ཀྱང་མི་དམིགས་སོ་སྟུང་མོ། །དེ་འདི་སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། འདི་ལྟར་  
ཁམས་གསུམ་པོ་འདི་ནི་སེམས་ཅན་སྟེ། སྲིད་པའི་ཡན་ལག་བརྒྱ་  
གཉིས་གང་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་སྤྱེ་བཀའ་སྒྲུལ་པ་  
དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སེམས་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་དག་གོ། །ཞེས་ཀྱང་



ཆེར་གསུངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བདག་རྟག་པ་བྱེད་པ་པོ་བཀག་ནས་ཀྱན་རྫོབ་  
 ཏུ་སེམས་ཅམ་ཞིག་ཁོ་ན་བྱེད་པ་པོ་མཐོང་ཞིང་ཁམས་གསུམ་རྣམ་  
 པར་ཤེས་པ་ཅམ་ཏུ་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །བྱང་ཆུབ་ནི་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །དེར་སེམས་པ་སྟེ་སེམས་ཤིང་མཐོ་བ་དེ་ལ་  
 ཡོད་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཇམ། ཡང་ན་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་  
 པར་ཡོད་པ་ཉིད་དེ་བདོག་པ་ཉིད་དེ་ལ་ཡོད་པས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ཡིན་པའཇམ། བྱང་ཆུབ་ཏུ་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་གང་ཟག་ནི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟེ། བར་གྱི་ཆོག་མི་མངོན་པར་བྱས་པའི་ཆོག་  
 བཟུ་བའོ། །རྟོགས་པ་ནི་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །མངོན་  
 སྟོགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལ་མངོན་ཏུ་སྟོགས་པའོ། །མངོན་  
 བྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ས་རྒྱལ་པར་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏི་དེ་ལྟར་ཡན་ལག་  
 གི་དོན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེ་མདོ་གཞན་གྱིས་སྐྱབ་པ་ལ། མདོ་འགོད་པ་དང་། དེའི་དོན་བཤད་  
 པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་མདོའི་དོན་བཤད་ནས། དོན་འདི་ཉིད་མདོ་  
 གཞན་གྱིས་ཀྱང་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

དེ་ཕྱིར་སྟོ་ལྟོ་སྟོ་ནི་འཕེལ་བྱའི་ཕྱིར། །  
 ཡང་ཀར་གཤེགས་མདོ་དེ་ལས་ཀྱན་མཐུན་གྱིས། །  
 ལྷ་ཉིགས་སྟོ་མཐོན་དེ་འདྲོམས་ངག་རང་བཞིན། །

རྩི་རྩི་འདི་ནི་དགོངས་པ་བཅད་ཕྱིར་གསུངས། ༡༥

འདི་ནི་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་བསྟན་པའི་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་འདོན་  
པ་ནི།

གང་ཟག་རྒྱན་དང་ཕྱང་པོ་དང་། །དེ་བཞིན་རྒྱན་དང་རྩལ་དག་  
དང་། །གཙོ་བོར་དབང་ཕྱག་བྱེད་པོ་རྣམས། །སེམས་ཅམ་དུ་ནི་ངས་  
བཤད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཚིགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ནི་འཕགས་པ་ལང་  
ཀར་གཤེགས་པ་ལས་འདོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེའི་དོན་བཤད་པ་ནི།

འདིའི་དོན་དགྲོལ་བའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

རྩི་བཞིན་རང་གི་བསྟན་བཅོས་དེ་དེ་ལས། །

ཕྱ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་གང་ཟག་ལོགས་དེ་དག །

སྒྲས་པ་དེ་དག་བྱེད་པོར་ཨ་གཟིགས་ནས། །

རྩལ་བས་སེམས་ཅམ་འདི་ག་རྟེན་བྱེད་པོར་གསུངས། ༡༦

ཕྱ་སྟེགས་རྣམས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕལ་ཆེར་བསྟན་པ་སྟེ། ཆོས་  
འདི་པ་དག་གིས་ཀྱང་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་དག་བརྟགས་པ་ཁོ་ཅ་  
ཡིན་ནོ། །རྣམ་པ་གཅིག་དུ་ན་དེ་དག་ཀྱང་ཆོས་འདི་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཕྱ་  
སྟེགས་ལྟར་བསྟན་པའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་ཁོང་དུ་མ་ཆུད་པའི་  
ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ངས་པར་བསྟན་པ་འདི་ནི་ཀུན་ལ་བྱབ་པར་བྱེད་  
པ་ཁོ་ནའོ། །

རི་སྐད་དུ། གང་ཟག་ཕྱང་པོར་སྒྲ་བ་ཡི། །འདི་ག་རྟེན་གྲངས་ཅན་

འུག་སྤྱུག་དང་། །ཁོས་མེད་བཅས་ལ་གལ་ཏེ་ཞིག །ཡོད་མེད་འདས་  
པ་སྤྱོད་ན་འདིས། །དེ་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ནི། །བསྟན་པ་འཆི་  
མེད་ཡོད་མེད་ལས། །འདས་པ་ཟབ་མོ་ཞེས་བསྟན་པ། །ཆོས་ཀྱི་ཁྱད་  
པ་ཡིན་ཞེས་གྱིས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

སྤང་པོ་ལ་སོགས་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དེ་དག་ནི་སྤྱོད་པ་  
ཉིད་ཏུ་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་རང་གི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་རང་གི་  
གྲུབ་པའི་མཐར་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་ཟུ་སྟེགས་པ་  
རྣམས་ཀྱིས་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཏུ་འདོད་  
པ་ཉེ་བར་མཆོན་པ་ཡིན་ཏེ། །ལམས་བ་འདི་ནི་སྟག་མ་མེད་པས་  
འདིར་རྟོག་པ་ཅི་ཞིག་མ་བྱུང་བར་གྱུར་ཅིང་ཅི་ཞིག་མི་འབྱུང་བར་  
འབྱུར། །འདི་ལྟར་ད་ལྟ་ཉིད་ཏུ་ཡང་སྤང་བ་དཀར་པོ་ལ་སོགས་པ་  
དག་ལ་སྤང་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟོན་པར་སྤང་བ་ཉིད་དོ། །བཙམ་ལྟན་  
འདས་ཀྱིས་ནི་གང་ཟག་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཏུ་མ་  
གཟིགས་པ་ན་སེམས་ཅམ་ཁོ་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཏུ་  
བསྟན་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མདོའི་དོན་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གཟུགས་ལས་སེམས་གཙོ་བའི་དོན་ཅན་ཏུ་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན།  
རྒྱས་པར་བཤད། དོན་བསྟུ་བ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་ན་རེ་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་གཞན་བཀག་པས་དོན་བྱས་ཟིན་  
པའི་ཕྱིར། ཅམ་གྱི་སྤྱོད་ཤེས་བྱ་འགོག་པར་མི་རྣམས་པར་བརྗོད་ནས།  
རྣམ་པ་གཞན་ཏུ་བཤད་པ་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་པོ་འགོག་པ་མི་སྤྱོད་པར་

བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

དེ་ཉིད་རྒྱས་ལ་སངས་རྒྱས་བསྟན་དེ་བཞིན། །

དེ་བཞིན་སེམས་ཙམ་གཙོ་གྱུར་འདི་ག་ཉིན་ལ། །

མདོ་ལས་སེམས་ཙམ་ཞེས་གསུངས་གཟུགས་ནི་འདིར། །

འགོ་ག་ལ་དེ་ལྟར་མདོ་ཡི་དོན་མ་ཡིན། །༥༥

རི་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཞེས་ཚིག་སྤྲུལ་མ་མི་  
མདོན་པར་བྱས་ནས་ཀྱང་རྣམ་པར་བཤད་པ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
སེམས་ཙམ་གཙོ་བོར་གྱུར་པ་ལ་ཡང་གཞན་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་བཀག་  
ནས་ཁམས་གསུམ་ན་སེམས་ཙམ་མོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
དེའི་ཕྱིར་འདིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གཙོ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་  
སེལ་བར་སྟོན་པ་ཡིན་གྱི། སེམས་ཙམ་ཞིག་ཁོ་ན་ཡོད་ཀྱི་གཟུགས་ནི་  
མེད་དོ་ཞེས་ཡོད་པ་ཉིད་འགོག་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་སེམས་སུ་བདེན་ན་མདོ་དང་  
འགལ། སེམས་ཙམ་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན། གཟུགས་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
མཆན་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

མདོའི་དོན་འདི་ནི་རི་སྐད་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བཤད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
གདོན་མི་བྱ་བར་འདོད་པར་བྱའོ། །ཁྱོད་ཀྱི་ལུགས་ལྟར།

གལ་ཏེ་འདི་དག་སེམས་ཙམ་ཞེས་མཁྱེན་ནས། །

དེ་ལས་གཟུགས་ཉིད་དག་ག་པར་མཛད་ན་ནི། །

སྤྲུལ་ཡང་དེ་ལས་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་སེམས། །

གཉི་ཕྱག་ལས་ལས་སྐྱེས་པར་ཅི་ཕྱིར་གསུངས། ༡༥

འཕགས་པ་ས་བཅུ་པ། དེ་ཉིད་ལས། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་རིག་  
པ་དང་འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་དུ་གསུངས་ཀྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཀྱིས་  
གྲུབ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གལ་ཏེ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་གི་བདག་ཉིད་  
ཀྱིས་གྲུབ་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་མ་རིག་པའམ་འདུ་བྱེད་ལ་མི་སྟོས་པར་  
འགྱུར་བ་ཞིག་ན་སྟོས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ན་སྟེ།  
རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་དམིགས་པའི་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པ་ལྟར་སྐྱེན་ཅི་  
ལྷག་གི་སྐྱེན་ཡོད་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ལ། དེ་ཁོ་ན་ལྟར་སྐྱེན་ཅི་ལྷག་གི་  
སྐྱེན་མེད་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུང་དུ་བསམས་པའོ། །

རི་སྐད་དུ། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལྷགས་སུ་འབྱུང་བའི་  
རྣམ་པར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ལ་རབ་དུ་རྟོག་གོ། །དེ་འདི་  
སྟུང་དུ་སེམས་ཏེ། བདེན་པ་རྣམས་མི་ཤེས་པ་ནི་དོན་དམ་པར་མ་  
རིག་པའོ། །མ་རིག་པས་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྐྱེན་པ་ནི་འདུ་  
བྱེད་རྣམས་སོ། །འདུ་བྱེད་ལ་བརྟེན་པའི་སེམས་དང་པོ་ནི་རྣམ་པར་  
ཤེས་པའོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ལེན་པའི་སྤང་པོ་  
བཞི་ནི་མིང་དང་གཟུགས་སོ། །མིང་དང་གཟུགས་རྣམ་པར་འབྲེལ་  
བ་ནི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་གོ། །དབང་པོ་དང་ཡུལ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
གསུམ་སྤྱད་པས་ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་རིག་པའོ། །རིག་པ་དང་  
ལྟན་ཅིག་སྐྱེས་པ་ནི་ཚོར་བའོ། །ཚོར་བ་ལ་ཆགས་པ་ནི་སྤེད་པའོ། །

སྲིད་པ་རྣམས་པར་འཕེལ་བ་ནི་ལེན་པ་ལོ། །ལེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལས་  
 ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ནི་སྲིད་པ་ལོ། །ལས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་པ་ནི་སྦྱོང་བ་  
 ཉེ་ཕྱུང་པོ་རྣམས་འབྱུང་བ་ལོ། །ཕྱུང་པོ་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པ་ནི་ཆ་བལོ། །  
 ཆས་པའི་ཕྱུང་པོ་འཇིག་པ་ནི་འཆི་བལོ། །འཆི་ཞིང་འབྲལ་བའི་ཆོ་  
 མུས་ཤིང་ཆགས་པ་དང་བཅས་པས་སེམས་ཡོངས་སུ་གདུང་བ་ནི་མྱ་  
 ངན་ནོ། །མྱ་ངན་ལས་བྱུང་བའི་ཆོག་དུ་བརྗོད་པ་ནི་སྦྱོང་སྒྲུགས་འདོན་  
 པ་ལོ། །དབང་པོ་ལྷའི་ཉམས་སུ་བབ་པ་ནི་སྒྲུག་བསྐལ་ལོ། །ཡིད་ཀྱི་ལྷ་  
 བ་ཉམས་སུ་བབ་པ་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བལོ། །སྒྲུག་བསྐལ་དང་ཡིད་མི་  
 བདེ་བ་མང་པོ་འབྱུང་བ་ནི་འབྲུག་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ན་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་  
 ཕྱུང་པོ་སྒྲུག་བསྐལ་གྱི་སྦྱོན་པ་བྱེད་པ་པོ་དང་། ཆོར་བ་པོ་མེད་པ་  
 འདི་མངོན་པར་འགྲུབ་པར་འགྱུར་རོ་སྟུམ་མོ། །

དེ་ལ་མ་རིག་པ་ནི་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱང་དམིགས་པ་ལ་ཀུན་དུ་ཚོངས་པར་བྱེད་པ་  
 དང་། འདུ་བྱེད་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པ་ལོ། །འདུ་  
 བྱེད་རྣམས་ཀྱང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། མ་འོངས་  
 པའི་རྣམས་པར་སྦྱིན་པ་ཡང་མངོན་པར་འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་དང་།  
 རྣམས་པར་ཤེས་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པ་ལོ། །རྣམས་  
 པར་ཤེས་པ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། སྲིད་པའི་  
 ཉིང་མཆོམས་སྦྱོར་བར་ཡང་བྱེད་པ་དང་། མིང་དང་གཟུགས་མངོན་  
 པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པ་ལོ། །མིང་དང་གཟུགས་ཀྱང་བྱ་བ་

གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། སན་ཚུན་རྟེན་པར་ཡང་བྱེད་པ་  
 དང་། རྒྱེ་མཆེད་དུག་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། རྒྱེ་  
 མཆེད་དུག་ཀྱང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་  
 དུལ་རྣམས་པར་བྱེ་བ་ཡང་སྟོན་པ་དང་། རིག་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་  
 པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། རིག་པ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དམིགས་པ་ལ་རིག་པ་ཡང་བྱེད་པ་དང་། ཚཱ་བ་མངོན་  
 པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། ཚཱ་བ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་  
 བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་  
 གཉི་ག་ལས་རྣམས་པར་གྲོལ་བས་སྦྱང་བར་ཡང་བྱེད་པ་དང་། སྲིད་  
 པ་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། སྲིད་པ་ཡང་བྱ་བ་  
 གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། ཆགས་པར་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་  
 ལ་ཀུན་ཏུ་ཆགས་པར་ཡང་བྱེད་པ་དང་། ལེན་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་  
 པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། ལེན་པ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་  
 པ་ཡིན་ཏེ། གོང་མ་ལྟ་བུ་དང་། སྲིད་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་  
 ཡང་འབྱིན་པའོ། སྲིད་པ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། སྲིད་པའི་རྒྱ་གཞན་གནས་པར་བྱེད་པ་དང་། རྒྱེ་བ་མངོན་པར་  
 འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། རྒྱེ་བ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་  
 གནས་པ་ཡིན་ཏེ། གོང་མ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱ་བ་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་  
 རྒྱ་ཡང་འབྱིན་པའོ། རྒྱ་བ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་  
 ཏེ། དབང་པོ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བར་ཡང་བྱེད་པ་དང་། འཆི་བ་དང་

མཛད་པ་མངོན་པར་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཡང་འབྱེན་པའོ། །རི་སྤྱི་དུ་འཆི་  
བ་ཡང་བྱ་བ་གཉིས་སུ་ཉེ་བར་གནས་པ་ཡིན་ཏེ། འདུ་བྱེད་འཇིག་  
པར་ཡང་བྱེད་པ་དང་། ཡོངས་སུ་མི་ཤེས་པ་རྒྱན་མི་འཆད་པའི་རྒྱ་  
ཡང་འབྱེན་པའོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་  
ལ་སོགས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མ་རིག་པ་དང་། འདུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ཅན་  
དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་གི་རྒྱུན་ཡོད་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ཡོད་པར་གསལ་བར་བྱས་མོད་ཀྱི། དེ་མེད་པས་དེ་ཡང་མེད་པ་རི་  
ལྟར་ཞིན། མ་རིག་པ་འགགས་པས་འདུ་བྱེད་རྣམས་འགག་གོ་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་རྒྱུན་མ་རིག་པ་མེད་པས་འདུ་བྱེད་རྣམས་ཉེ་བར་ཞི་ཞིང་  
རྟོན་པ་མེད་པའོ། །འདུ་བྱེད་འགགས་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འགག་  
གོ། །ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྒྱུན་འདུ་བྱེད་མེད་པས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཉེ་བར་  
ཞི་ཞིང་རྟོན་པ་མེད་པའོ། །ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་ནས། དེ་འདི་སྟུང་  
དུ་སེམས་ཏེ། འདུ་བ་ལས་ནི་འདུས་བྱས་འབྱུང་ངོ་། །བྲལ་བ་ལས་ནི་  
འདུས་བྱས་མི་འབྱུང་ངོ་། །ཚོགས་པ་ལས་ནི་འདུས་བྱས་འབྱུང་ངོ་། །  
མ་ཚོགས་པ་ལས་ནི་མི་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ལྟས་བདག་གིས་འདུས་བྱས་  
ཉེས་པ་མང་པོའི་སྒྱུར་ཆགས་པ་དེ་ལྟ་བུ་འདི་ཤེས་པར་བྱས་ལ་འདུ་  
བ་འདི་དང་ཚོགས་པ་འདིའི་རྒྱན་གཅད་པར་ཡང་བྱ་ཞིང་། སེམས་  
ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། འདུ་བྱེད་རྣམས་ཤིན་དུ་ཞི་བ་  
ཐོབ་པར་ནི་མི་བྱའོ་སྟུང་མོ། །



ཀྱི་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་དེ་དེ་ལྟར་འདུ་བྱེད་དུ་གྱུར་པ་ཉེས་པ་  
མང་པོའི་སྦྱོར་ཆགས་ཤིང་ངོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་དང་། མ་སྦྱེས་པ་མ་  
འགགས་པར་སོ་སོར་རྟོག་པ་ན། ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་  
དེ་ལྟར་ན་སེམས་དང་བཅས་པ་སུ་ཞིག་དེ་ཉིད་ལས་གསུངས་པའི་  
ལུང་མཐོང་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་རྟོག་པར་བྱེད་དེ།  
ཡོངས་སུ་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་ལྟ་བུས་བྱས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་སེམས་ཅམ་གཙུག་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

དེའི་སྤྱིར་སེམས་ཅམ་དུ་གསུངས་པ་ནི་སེམས་ཅམ་ཞིག་ཁོ་ན་  
གཙུག་པོར་གྱུར་པ་ཉིད་དུ་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཡིན་གྱི།  
ལུང་འདི་གཟུགས་མེད་པ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་  
དུ་མ་ཡིན་རོ། །སེམས་ཀྱི་གཙུག་པོ་དེ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ།

སེམས་ཉིད་ཀྱིས་ནི་སེམས་ཅན་འཛིན་ཏེན་དང་། །

སྟོང་གི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཉིད་ཀྱི་མཐོང་ལས་འགོད། །

འགྲོ་བ་མ་ལྟས་ལས་ལས་སྦྱེས་པར་གསུངས། །

སེམས་སྤངས་ནས་ནི་ལས་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །༥༧

དེ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་འཛིན་ཏེན་ནི་སེམས་ཅན་རང་གི་ལས་  
དང་ཉོན་མོངས་པས་བདག་གི་དངོས་པོ་རྟོན་པ་རྣམས་སོ། །སྟོང་  
གྱི་འཛིན་ཏེན་ནི་དེ་དག་ཁོ་ནའི་སྟན་མོང་གི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་  
རྒྱུ་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་སོགས་པའི་འོག་མིན་གྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་  
མཐར་སྟུག་པ་དག་གོ།

དེ་ལ་མ་བྱ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་མདྲོངས་ལ་སོགས་པ་སྣ་  
 ཚོགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་མ་བྱ་ལ་སོགས་པ་ཁོ་ནའི་ལས་སྤུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པས་བསྐྱེད་པའོ། །པར་ལ་སོགས་པ་སྣ་ཚོགས་པ་ནི་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལས་སྤུན་མོང་བས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་  
 དུ་གཞན་ཡང་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཇི་སྐད་དུ། སེམས་ཅན་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ནི། །ནག་པོ་དུས་སུ་  
 རྒྱས་ཏེ་དཔེར། །སེམས་དམུལ་མཐོ་རིས་འཇིག་རྟེན་དུ། །མཚོན་དང་  
 རིན་ཆེན་ཤིང་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ན་  
 འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ལས་ལས་རྒྱས་ཤིང་ལས་ཀྱང་སེམས་ལ་བརྟེན་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སེམས་དང་བཅས་པ་ཁོ་ན་ལས་སོགས་པའི་སྤྱིར་ལ། སེམས་  
 མེད་ན་ལས་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་གཟུགས་གཙོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

དེའི་སྤྱིར་འགྲོ་བ་རབ་དུ་འཇུག་པ་ལ། སེམས་ཉིད་གཙོ་བོའི་རྒྱ་  
 ཡིན་ཀྱི་གཞན་ནི་མ་ཡིན་པས་མདོ་ལས་སེམས་ཅན་ཞིག་ཁོ་ན་གཙོ་  
 བོར་གཞག་གི་གཟུགས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།

གལ་ཏེ་གཟུགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་དེ་ལ་ནི། །

སེམས་བཞིན་བྱེད་པ་ལོ་ཉིད་ཡོད་མ་ཡིན། །

གཟུགས་ནི་བེམས་པོ་ཡིན་ནོ་སྟུམ་དུ་བསམས་པའོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེས་ན་སེམས་ལས་གཞན་པའི་བྱེད་པ་ལོ། །

བརྗོད་གི་གཞུགས་ནི་བཀའ་ལ་མ་ཡིན་ནོ། ༡༧༠

འདི་ན་ཁ་ཅིག་དག་གིས་ནི་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་བྱེད་པ་  
 བོ་ཉིད་དུ་འདོད་ལ། ཁ་ཅིག་གིས་ནི་སེམས་ལ་འདོད་ཀྱི། གཞུགས་  
 བྱེད་པ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ལ་ནི་ཚྱད་པ་མེད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་གཙོ་བོ་  
 ལ་སོགས་པ་བྱེད་པ་བོ་ཉིད་དུ་དོགས་པར་བྱས་པ་དེའི་མཆན་ཉིད་  
 མེད་པ་ཁོ་ན་བསལ་བའི་སྤྱིར། བྱེད་པ་བོ་ཉིད་དུ་རུས་པར་མཐོང་  
 བའི་སེམས་ཅམ་ཞིག་བྱེད་པ་ཕྱིར་བརྗོད་པ་ན་གཙོ་བོ་ལ་སོགས་པ་  
 བྱེད་པ་བོ་ཉིད་ཡིན་པ་བསལ་ནས་ཚྱད་པའི་གནས་ཀྱི་ཡུལ་གཞོན་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བར་རིགས་ཏེ། ཡུལ་གཅིག་ལ་དབང་བྱེད་པར་འདོད་པའི་  
 རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དགྲ་ལྷ་གཅིག་བཏོན་ནས་རང་གི་ཡུལ་  
 འཕྲོ་བའི་གཉི་ག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་སྤྱིར། རྒྱེ་བོ་པལ་པ་ལ་གཞོན་  
 པ་མེད་པ་ལྟར་དེ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་གཉི་ག་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་  
 སྤྱིར། གཞུགས་ལ་རྟག་དུ་གཞོན་པ་མེད་པས་གཞུགས་ཡོད་པ་ཁོ་ན་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ངས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཞུགས་སེམས་ཡོད་མེད་མཚུངས་པར་བསྟན་པ་ལ། གཉིས་ཀ་བདེན་  
 པ་གཉིས་སུ་ཡོད་མེད་མཚུངས་པ་དང་། བདེན་གཉིས་བཞིག་ནས་རྣམས་མི་འགྲུབ་པ་  
 དང་། དོན་བསྐྱུ་བ་གསུམ་ཀྱི། དང་པོ་ལ། རིགས་པ་དང་། ཡུང་གི་སྤྱིར་བྱེད་མཚུངས་  
 པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། རྒྱེ་འཕགས་གཉིས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་མཚུངས་པ་དང་། དཔྱད་མ་  
 དཔྱད་མཚུངས་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ངེ་སྐད་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས།

འཛིག་རྟེན་ལ་ཡི་དེ་ཉིད་ལ་གནས་ལ། །

ཕྱང་ཡོ་འཛིག་རྟེན་གྲགས་ཏེ་ལྷ་ཆར་ཡོད། །

དེ་ཉིད་ཡི་ཞེས་འཆར་བ་འདོད་པ་ན། །

ནལ་འབྱོར་པ་ལ་དེ་ལྷ་འབྱུང་མི་འགྱུར། །༡༡

གང་གི་སྤྱིར་དེ་ལྷར་ཡིན་པ་དེའི་སྤྱིར།

གཉིས་པ་དཔྱད་མ་དཔྱད་རུ་མཚུངས་པ་ནི།

གཟུགས་མེད་ན་ནི་སེམས་ཡོད་མ་འཛིན་ཅིག །

སེམས་ཡོད་ཉིད་ན་འང་གཟུགས་མེད་མ་འཛིན་ཅིག །

གང་གི་ཆོ་འཐད་པས་གཟུགས་མེད་པར་རྟོགས་ན་ནི། དེའི་ཆོ་  
གཉི་གའི་ཡོད་པ་འཐད་པ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར། སེམས་མེད་པར་  
ཡང་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་ལ། ཡང་གང་གི་ཆོ་སེམས་ཡོད་པ་ཉིད་རུ་  
རྟོགས་ན་ནི་དེའི་ཆོ་གཟུགས་ཀྱང་རྟོགས་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། གཉི་ག་  
ཡང་འཛིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྷང་གི་སྤྱབ་བྱེད་མཚུངས་པ་ནི།

ལྷང་ལས་ཀྱང་དེ་ལྷར་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། འདི་ལྷར།

དེ་དག་ཞེས་རབ་རྩལ་མདོར་མངས་རྒྱས་གྱིས། །

མཚུངས་པར་སྤངས་སྟེ་མདོན་པའི་ཆོས་ལས་གསུངས། །༡༢

གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་སྤྱང་པོ་དེ་དག་ནི་ཆོས་མདོན་པ་ལས།  
རང་དང་སྤྱིའི་མཚན་ཉིད་ལ་སོགས་པའི་རབ་རུ་དབྱེ་བའི་སྟོན་ས་  
ལྷ་ཆར་ཡང་མཚུངས་པར་གསུངས་ལ་ཞེས་རབ་གྱི་པ་རོལ་རུ་སྤྱིན་

པ་ལས་ནི་ལྡ་ཆར་ཡང་མཚུངས་པར་བཀག་པ་ཡིན་ཏེ། རབ་འབྱོར་  
གཟུགས་ནི་རང་བཞིན་གྱི་སྟོང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
ནི། ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་གསུངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བདེན་གཉིས་བཤིག་ནས་རྣམ་མི་འགྲུབ་པ་ནི།

དེ་སྤྱིར་དེ་ལྟར་ལུང་དང་རིགས་པས་གྲུབ་པ་ཡི།

བདེན་གཉིས་རིམ་ལ་འདི་དག་བཤིག་ནས་ཀྱང་། །

ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་ནི་བཀག་པས་འགྲུབ་མི་འགྱུར། །

གཟུགས་མེད་པར་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཙམ་ཞིག་འདོད་པས་ནི་  
ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པ་དག་གི་རིམ་པ་ངེ་སྐད་དུ་སྤྲས་པ་བཤིག་  
པ་འགྱུར་ལ། དེ་ལྟར་བདེན་པ་དག་གི་རིམ་པ་དེ་དག་བཤིག་ནས་  
ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱི་རྣམ་ནི་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་  
སྤྱིར་སྤྲས་རྣམས་བཀག་པ་དེའི་སྤྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ངལ་བ་དོན་མེད་པ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་སྤྱིར་དེ་ལྟའི་རིམ་ལས་དངོས་གདོད་ནས། །

དེ་ཉིད་མ་སྐྱེས་འདི་ག་ཉིན་སྐྱེས་རིག་བྱ། །༧༩

གཉིས་པ་མདོ་གཞན་གྱི་དོན་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ། མདོ་ལས་སེམས་ཙམ་  
གསུངས་པ་དྲང་དོན་དུ་བསྟན། དེའི་སྐབས་བྱེད་ཀྱི་ལུང་རིགས་བཤད། ཞར་ལ་དྲང་  
ངས་ཀྱི་རྣམ་དབྱེ་བསྟན་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྲས་པ། གལ་ཏེ་ཡང་མདོའི་དོན་འདི་དེ་ལྟར་བཤད་མོད་

ཀྱི། དེ་ལྟར་ན་ཡང་ལུང་གཞན་ལས་སེམས་ཅམ་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་ངེས་  
ཏེ། རི་སྐད་དུ།

སྤྱི་རྒྱུ་སྤྱད་བ་ཡོད་མེད་དེ། སེམས་ནི་སྤྱི་ཚྭ་གས་རྣམས་སུ་སྤྱད་།  
ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་གནས་འདྲ་བ། །སེམས་ཅམ་དུ་ནི་ངས་བཤད་  
དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལ་ལུས་ནི་མིག་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་མཆེད་  
རྣམས་སོ། །ལོངས་སྤྱོད་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་རྣམས་སོ། །  
གནས་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ནོ། །སེམས་ལས་ལོགས་ཤིག་ན་སྤྱི་རྒྱུ་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཅམ་ཞིག་ཁོ་ན་ལུས་  
དང་ལོངས་སྤྱོད་དང་གནས་སུ་སྤྱད་བ་སྤྱི་བ་ན་ཡུལ་གྱི་དངོས་པོར་  
གནས་པ་ལུས་ལ་སོགས་པ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལས་ཐ་དད་པར་བྱེ་  
རོལ་ལྟ་བུར་མངོན་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་སྤྱིར་ཁམས་གསུམ་པོ་ནི་སེམས་ཅམ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། མདོ་འདི་  
ཡང་དགོངས་པ་ཅན་ཉིད་དུ་བརྗོད་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

མདོ་སྤྱི་གང་ལས་བྱེ་རོལ་སྤྱད་ཡོད་མིན། །

སེམས་ནི་སྤྱི་ཚྭ་གས་སྤྱད་དོ་ཞེས་གསུངས་པ། །

དེའི་དགོངས་པ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ།

གཟུགས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་གང་དེ་དག་ལ། །

གཟུགས་བརྒྱུད་ལ་སྤྱི་དེ་ཡང་དྲང་དོན་ཉིད། །༡༥

དེ་ལ་འདི་ནི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་ཏེ། གང་དག་གཟུགས་ལ་ཤིན་  
ཏུ་རེ་བ་དང་བཅས་པ་དེའི་སྤྱིར་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་

ཁྱོ་བ་དང་ང་རྒྱལ་ལ་སོགས་པ་ན་མས་གིས་འབྲུག་པ་རང་དབང་  
མེད་པར་བྱས་པར་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལ་མདོན་པར་ཞེན་པས་དེ་དག་  
སྒྲིག་པ་ཆེན་པོ་དང་སྐྱུར་བ་ལ་བསོད་ན་མས་དང་ཡེ་ཤེས་གི་ཚོགས་  
བསགས་པ་ལས་ཉ་མས་པར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ལ་བཙོམ་ལྷན་འདས་  
གིས། གཟུགས་གི་རྒྱུན་ཅན་གི་ཉོན་མོངས་པ་གཞོམ་པའི་སྤྱིར། ཆགས་  
པ་ཅན་དག་ལ་སྤྱི་རོལ་གི་ཡུལ་ལ་ཆགས་པ་འཛོམས་པའི་ཀོང་རུས་  
ལྟར། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་ཉིད་ཏུ་སེམས་ཅམ་  
ཉིད་ཏུ་བསྟན་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དེའི་སྐབ་བྱེད་གི་ལུང་རིགས་བཤད་པ་ལ། ལུང་དང་། རིགས་པའི་སྐབ་  
བྱེད་གཉིས་གི། དང་པོ་ལ། མདོ་འདི་དྲང་དོན་ཡིན་པའི་སྐབ་བྱེད། དེས་འདི་འདྲའི་  
མདོ་གཞན་ཡང་དྲང་དོན་ཏུ་བསྟན་པ་གཉིས་གི། དང་པོ་ནི།

ཡང་ལུང་འདི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་གི་ངེས་པའི་དོན་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟར་གང་ལས་ངེས་ཤེས་ན། ལུང་དང་རིགས་པ་ལས་སོ། །  
དེ་ཉིད་སྟོན་པར་བྱད་པ་ནི།

འདི་ནི་སྟོན་པས་དྲང་དོན་ཉིད་གསུངས་ཤིང་། །

འདི་ནི་དྲང་དོན་ཉིད་ཏུ་རིགས་པས་འབད། །

ཅེས་བྱ་བའོ། །

གཉིས་པ་དེས་འདི་འདྲའི་མདོ་གཞན་ཡང་དྲང་དོན་ཏུ་བསྟན་པ་ནི།

མདོ་འདི་དྲང་བའི་དོན་ཡིན་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྟེན་གི་  
གཞན་ཡང་།

ནམ་པ་དེ་ལྟའི་མདོ་སྡེ་གཞན་ཡང་ནི། །

དང་དོན་ཉིད་ཀྱི་ཕྱད་འདིས་གསལ་བར་བྱེད། །༥

ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མདོ་སྡེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན། རི་སྐང་དུ། དགོངས་པ་  
ངས་པར་འགྲེལ་བའི་མདོ་ལས། བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་  
དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་རང་བཞིན་གསུམ་བསྟན་པ་ལས།  
བརྟགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དང་། གཞན་གྱི་དབང་ཡོད་པ་ཉིད་དང་།  
དེ་བཞིན་དུ།

ལེན་པའི་ནམ་པར་ཤེས་པ་ཟབ་ཅིང་སྤྲ། །ས་པོན་ཐམས་ཅད་ཚུ་  
བོའི་རྒྱན་ལྟར་འབབ། །བདག་ཏུ་རྟོག་པར་གྱུར་ན་མི་རུང་ཞེས། །བྱིས་  
པ་ནམས་ལ་ངས་ནི་དེ་མ་བསྟན། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་སྟེ་འདི།

རི་ལྟར་ནད་པ་ནད་པ་ལ། །སྤྲན་པས་སྤྲན་ནམས་གཏོང་བ་ལྟར། །  
སངས་རྒྱས་དེ་བཞིན་སེམས་ཅན་ལ། །སེམས་ཅན་དུ་ཡང་རབ་དུ་  
གསུངས། །ཞེས་བྱ་བའི་ལུང་འདིས་དྲང་བའི་དོན་ཉིད་དུ་གསལ་བར་  
བྱེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་མདོ་བརྗོད་པ་ལས། དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་གསུངས་པ་དེ་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་  
རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་ནམ་པར་དག་པས་ཐོག་མ་ནས་ནམ་  
པར་དག་པ་ཉིད་མཆོན་སུམ་ཅུ་ཙུ་གཉིས་དང་ལྟན་པ་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་ནང་ན་མཆིས་པར་བརྗོད་དེ། བཙམ་ལྟན་  
འདས་ཀྱིས། རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་གོས་དྲི་མ་ཙམ་གྱིས་ཡོངས་  
སུ་དཀྱིས་པ་ལྟར། སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྟེ་མཆེད་ཀྱི་གོས་ཀྱིས་



ཡོངས་སུ་དགྲིས་པ། འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་གིས་  
 ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ། ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་དྲི་མས་དྲི་མ་ཅན་དུ་གྱུར་  
 པ། རྟག་པ་བརྟན་པ་ཐེར་བྱག་པར་མི་བརྗོད་ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 དེ་བཞིན་གསེགས་པས། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྟོང་པོར་སྤྲོ་བ་འདི་  
 བེ་མུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་དུ་སྤྲོ་བ་དང་ངི་ལྟར་འདྲ་བ་མ་ལགས།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས། མུ་སྟེགས་བྱེད་ནམས་ཀྱང་རྟག་པར་བྱེད་པ་པོ་  
 མ་ཡིན་པ་ཡོན་ཏན་མེད་པ་བྱབ་པ་མི་འཇིག་པའོ་ཞེས་བདག་དུ་སྤྲོ་  
 བ་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་པ། སློ་གྲོས་  
 ཆེན་པོ། ངའི་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྟོང་པོ་བསྟན་པ་བེ་མུ་སྟེགས་  
 ཅན་ཀྱི་བདག་དུ་སྤྲོ་བ་དང་མཚུངས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སློ་གྲོས་ཆེན་  
 པོ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་  
 སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི། སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཡང་དག་པའི་མཐའ་དང་།  
 མུ་ངན་ལས་འདས་པ་དང་། མ་སྦྱིས་པ་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་།  
 སྟོན་པ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཆོག་གི་དོན་རྣམས་ལ་དེ་བཞིན་  
 གསེགས་པའི་སྟོང་པོར་བསྟན་པ་བྱས་ནས། བྱིས་པ་རྣམས་བདག་  
 མེད་པས་འཇིགས་པར་འགྱུར་བའི་གནས་རྣམ་པར་སྤང་བར་བྱ་བའི་  
 དོན་དུ་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྟོང་པོའི་སློ་བསྟན་པས་རྣམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་གནས་སྤང་བ་མེད་པའི་སྦྱོད་ལུལ་སྟོན་ཏེ། སློ་གྲོས་ཆེན་  
 པོ། མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་  
 དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པར་མི་བྱའོ། །

སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། དཔེར་ན། རྩ་མཁན་ནི་འཇིམ་པའི་རུལ་གྱི་ཕུང་པོ་  
གཅིག་ལས་ལག་པ་དང་བཟོ་དང་། ལག་གཟུངས་དང་ཆུ་དང་སྤང་  
བྱ་དང་ནན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ལས་སྒོད་རྣམ་པ་སྣ་ཚྭ་གས་བྱེད་དོ། །  
སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། དེ་བཞིན་དུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཆོས་  
ལ་བདག་མེད་པ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་རྣམ་  
པར་ལོག་པ་དེ་ཉིད་ཤེས་རབ་དང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་དང་ལྷན་པ་  
རྣམ་པ་སྣ་ཚྭ་གས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་བསྟན་པའམ་  
བདག་མེད་པར་བསྟན་པས་ཀྱང་བྱུང་སྟེ། རྩ་མཁན་བཞིན་དུ་ཆོག་  
དང་ཡི་གའི་རྣམ་གྲངས་རྣམ་པ་སྣ་ཚྭ་གས་ཀྱིས་སྟོན་ཏོ། །

དེ་ལྟར་དེའི་སྒྲིང་། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་  
པོ་བསྟན་པ་ནི་མུ་སྟེགས་བྱེད་ཀྱི་བདག་དུ་སྟོབ་པའི་བསྟན་པ་དང་མི་  
འདྲའོ། །སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་མུ་  
སྟེགས་བྱེད་བདག་དུ་སྟོབ་པ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པ་རྣམས་དྲང་བའི་  
སྒྲིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་བསྟན་པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་སྒྲིང་པོ་སྟོན་ཏོ། །ཡང་དག་པའི་བདག་དུ་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ལྟ་  
བར་རྣམ་པར་ལྟང་བའི་བསམ་པ་ཅན་དག་རྣམ་པར་ཐར་པ་གསུམ་  
གྱི་སྒྲིང་ཡུལ་ལ་གནས་པའི་བསམ་པ་དང་ལྷན་ཞིང་། ལྟར་དུ་སྒྲ་ན་  
མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་མངོན་པར་རྟོགས་  
པར་འཛང་གྱུ་བར་ངི་ལྟར་འགྱུར་ཞེས་ཏེ། ཞེས་བྱ་བ་དང་།

ཡང་དེ་ཉིད་ལས། སྒོ་གྲོས་ཆེན་པོ། སྒྲིང་པ་ཉིད་དང་། མི་སྒྲིང་

དང་། མི་གཉིས་པ་དང་། རང་བཞིན་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་སངས་  
རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མདོ་སྤེའི་ནང་དུ་ཆུད་པ་འདི་ཞེས་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་རིགས་པའི་སྐབ་བྱེད་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མདོ་སྤེའི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པར་སྐྱབ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པའི་དོན་ཉིད་དུ་ཁས་སྤངས་པ་ཐམས་  
ཅད་དང་པའི་དོན་ཉིད་ཡིན་པར་ལུང་འདིས་མདོན་པར་གསལ་  
བར་བྱས་ནས། རིགས་པས་དང་བའི་དོན་ཉིད་དུ་གསལ་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར། བཤད་པ།

ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་གསལ་བ་ནི། །

བདེ་ལྷག་རྟེན་ཅེས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་གསུངས། །

ཤེས་བྱ་མེད་ན་ཤེས་པ་བཀག་འགྲབ་པས། །

དང་པོ་ཤེས་བྱ་དགག་པ་མཛད་པ་ཡིན། །༡༦

སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ནི་གདུལ་བྱ་རྣམས་  
རིམ་གྱིས་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་འཇུག་པར་མཛད་དོ། །དེ་ལ་བསོད་  
ནམས་བྱས་པ་རྣམས་ཚོས་ཉིད་ལ་བདེ་ལྷག་དུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། ཚོས་  
ཉིད་ལ་འཇུག་པའི་ཐབས་ཡིན་པས་ངི་ལྟར་ཐོག་མར་སྦྱིན་པ་ལ་  
སོགས་པའི་གཏམ་སྦྱོར་བར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཤེས་བྱ་བཀག་  
པ་ཡང་བདག་མེད་པ་ཁོང་དུ་ཆུད་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བཙུང་  
ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ལྟར་ཤེས་བྱ་དགག་པ་ཁོ་ན་གསུངས་ཏེ། ཤེས་  
བྱའི་བདག་མེད་པར་རིག་པ་རྣམས་ཤེས་པའི་བདག་མེད་པ་ལ་བདེ་

ལྷག་ཏུ་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཤེས་བྱ་རང་བཞིན་མེད་པར་རིག་པ་  
ནམས་གྱིས་ཤེས་པ་རང་བཞིན་མེད་པར་རེས་འགའ་རང་ཉིད་ཁོ་ནས་  
རྟོགས་པར་འགྱུར་ལ། རེས་འགའ་ནི་ཅུང་ཟད་ཅིག་ཉི་བར་བསྟན་པ་  
ཅམ་གྱིས་འགྱུར་བར་ཤེས་བྱ་དགག་པ་ཉིད་སྤར་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཞར་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་ནམ་དབྱེ་བསྟན་པ་ནི།

ཤེས་རབ་ཅན་དག་གིས་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བརྟག་པར་  
བྱའོ་ཞེས་བཤད་པ།

དེ་ལྟར་ཁྱད་གི་ལོ་རྒྱུས་ཤེས་བྱས་ཏེ། །

མདོ་གང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་བཤད་དོན་ཅན། །

དྲང་དོན་གསུངས་པ་འདྲ་རྟོགས་ནས་དྲང་བྱ་ཞིང་། །

སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་ངེས་དོན་ཤེས་པར་གྱིས། །༡༥

མདོ་ལྷེ་གང་དག་སྟེ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པས་བྱད་པར་དུ་བྱས་  
པའི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་དངོས་སུ་གསལ་བར་བྱེད་པ་  
མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་རི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་ལ་འཇུག་པའི་རྒྱར་  
འགྱུར་བ་དེ་ལྟར་བཤད་པར་བྱ་སྟེ་རི་སྐད་དུ།

འབྱུང་ནམས་མིག་བརྒྱང་མ་ཡིན་ན། །དེ་འབྱུང་མིག་བརྒྱང་རི་  
ལྟར་ཞེས། །གཟུགས་ལ་དེ་སྐད་གསུངས་པ་ན། །སྟོང་གྱིས་གཟུགས་ཀྱི་  
འཛིན་པ་བསྐྱོག་ །ཅེས་གསུངས་ལ། མདོ་ལས་ཀྱང་། མི་རྟག་དོན་ནི་  
མེད་དོན་ཞེས་གསུངས་སོ། །སྟོང་ཉིད་དོན་ཅན་ངེས་དོན་ཡང་ཤེས་  
པར་གྱིས་ཏེ། རི་སྐད་དུ།

སྟོང་པ་བདེ་བར་གསེགས་པས་བཤད་པ་ལྟར། །ངེས་དོན་མདོ་སྡེ་  
 དག་གི་བྱེ་བྲག་ཤེས། །གང་ལ་སེམས་ཅན་གང་ཟག་སྐྱེས་བྱ་བསྟན། །  
 ཆོས་དེ་ཐམས་ཅད་དྲང་བའི་དོན་དུ་ཤེས། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་  
 བཞིན་དུ། །འཇིག་རྟེན་ཁམས་ནི་སྟོང་ཕྱག་དུ། །ང་ཡིས་མདོ་རྣམས་  
 གང་གསུངས་པ། །ཡི་གེ་ཐ་དད་དོན་གཅིག་སྟེ། །ཡོངས་སུ་བསྐྱག་  
 པར་རུས་མ་ཡིན། །དངོས་པོ་གཅིག་ནི་བསམ་བྱས་ནས། །དེ་དག་  
 ཐམས་ཅད་བསྐྱོམས་འགྱུར་ཏེ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མང་པོ། །ཇི་  
 སྟེང་རབ་དུ་བསྟན་པ་རྣམས། །ཆོས་རྣམས་ཀྱི་བདག་མེད་ཡིན། །  
 མི་གང་དོན་ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །གནས་འདི་ལ་ནི་བསམ་བྱས་ན། །  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་རྣམས་རྟེན་མི་དགའ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་  
 དུ་འཕགས་པ་སྟོ་གྲོས་མི་ཟད་པ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་སྡེ་དག་ལས་  
 རྒྱ་ཆེར་བསྟན་པ་ཡང་རྟོགས་པར་བྱའོ། །སྟོགས་ཙམ་ཞིག་ནི་བརྗོད་  
 པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། སྐུ་ལ་ནི་ཐག་པས་བསྐྱོམས་པ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་  
 བར་འབྱུང་བ་ལ་བརྟགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་དེ་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །དེ་སྐུ་དངོས་པོ་ལ་ནི་ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། ཀྱང་དུ་མ་  
 བརྟགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་བཞིན་ཡང་གཞན་གྱི་དབང་  
 བྱས་པ་ཅན་ལ་ནི་ཀྱང་དུ་བརྟགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་དག་ནི་  
 བཅོས་མིན་དང་། །གཞན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་འབྱུང་བས་  
 རོ་བོ་ཉིད་ནི་བྱས་པ་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །བཟུང་བཞིན་པའི་རྟེན་ཅིང་  
 འབྲེལ་བར་འབྱུང་བར་བྱས་པ་ཅན་གཟུགས་བརྟན་དང་འདྲ་བ་ལ་

བརྟགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་ལ་ནི་དངོས་  
 ཡིན་ཏེ། ཀུན་ཏུ་མ་བརྟགས་པའི་སྤྱིར་ཏེ། དངོས་པོ་བྱས་པ་ཅན་ལ་  
 མ་རེག་པར་རང་བཞིན་འབའ་ཞིག་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པས་དེ་  
 ཉིད་ཐུགས་སུ་ཆུད་པའི་སྤྱིར། སངས་རྒྱས་ཞེས་བཛྲོད་དོ། །དེའི་སྤྱིར་  
 དེ་ལྟར་བརྟགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་དབང་དང་། ཡོངས་སུ་གྲུབ་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་རོ་བོ་ཉིད་གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པ་རྟོགས་པར་བྱས་ནས་  
 མདོའི་དགོངས་པ་རྣམ་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །གཟུང་བ་དང་འཛིན་  
 པ་གཉིས་ནི་གཞན་གྱི་དབང་ལས་མ་གཏོགས་པར་དངོས་པོ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར་ན། གཞན་གྱི་དབང་ལ་དེ་གཉིས་ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པ་ཉིད་  
 བསམ་པར་བྱ་སྟེ། སྤྱོད་པས་ཆོག་གོ། །དཀྱུས་མ་ཉིད་བཤད་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ལ་གསུམ། དགག་པའི་རིགས་པ་བཤད།  
 མཇུག་བསྟུ་བ། སུན་འབྲིན་གྱི་ལམ་གཞན་ཡང་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་གཞན་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་བསལ་ནས། ད་ནི་གཉི་  
 ག་ལས་སྐྱེ་བ་བསལ་བར་འདོད་པས་བཤད་པ།

གཉིས་ལས་སྐྱེ་བའང་རིགས་ལའི་རོ་བོ་མ་ཡིན་གང་གི་བྱིར། །

བཤད་ཅིན་ཉིས་ལ་དེ་དག་ཞོག་ཏུ་འབབ་པ་ཡིན་བྱིར་རོ། །

དེ་ལ་ཆོག་འགལ་གཉིས་སུ་སྐྱེ་བ་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་བདག་ལས་  
 ཀྱང་འགྱུར་ཞིང་གཞན་ལས་ཀྱང་འགྱུར་བས་གཉི་ག་ལས་སྐྱེ་བར་  
 སེམས་སོ། །

དེ་ལ་འཛི་བའི་གོང་བྱ་དང་། དབྱུ་བྱ་དང་། འཁོར་ལོ་དང་། སྤྱད་

པ་དང་། རྩ་དང་། རྩ་མཁན་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་བྱམ་པ་འབྱུང་  
བར་འདོད་པ་ན། གང་གི་ཕྱིར་འཇི་བ་དང་བྱམ་པ་གཉིས་གཞན་  
ཉིད་མ་ཡིན་པས་བྱམ་པ་འཇི་བའི་བདག་ཉིད་ཏུ་ཡོད་པ་ཁོ་ན་སྐྱེ་བ་  
དེའི་ཕྱིར་བདག་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་ལ། གང་གི་ཕྱིར་རྩ་མཁན་གྱི་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་དག་འདིའི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པ་དེའི་  
ཕྱིར། གཞན་ལས་ཀྱང་སྐྱེའོ་སྐྱམ་ཏུ་བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བར་  
སེམས་སོ། །སྐྱི་རོལ་གྱི་བདག་ལ་ཇི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་ཏུ་ནང་གི་རྣམས་  
ལ་ཡང་བདག་དང་གཞན་ལས་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་སློག་དང་། སློག་མ་ཡིན་པ་དང་། བསོད་ནམས་དང་། རྟིག་  
པ་དང་། ཟག་པ་དང་། སྟོམ་པ་ལ་སོགས་པ་ཆོག་གི་དོན་དགུ་ནི་དེ་  
ཉིད་དག་གོ་ཞེས་ཆོག་གི་དོན་གྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་བྱས་ནས་གང་  
གི་ཕྱིར་བྱམས་པ་ཆེ་རབས་གཞན་ཏུ་ཡང་སློག་གི་བདག་ཉིད་ཏུ་  
ཡོད་པ་ཁོ་ནས་སྐྱེ་བ་འདི་ལེན་པ་དེའི་ཕྱིར་བདག་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ།  
བྱམས་པ་དང་སློག་གཉིས་གཞན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །སློག་ནི་  
འགོ་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ན་གཞན་གྱི་ལྟ་ལ་སོགས་པའི་འགོ་བར་  
རྒྱ་བར་ཡང་འདོད་པ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་མ་དང་མ་དང་ཆོས་  
དང་ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་ཟག་པ་ལ་སོགས་པ་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་དག་  
ལས་སྐྱེ་བ་དེའི་ཕྱིར་གཞན་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་བདག་  
ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཞིང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་གཞོད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཁོ་ན་ལས་

སྐྱེ་བར་ཁས་མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་དང་གཞན་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བར་ཁས་  
མ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས། །

ཚུད་པ་འདི་ཡང་། མི་རིགས་པ་ཉིད་ཏུ་བཤད་པ། གཉིས་ལས་སྐྱེ་  
བའང་རིགས་པའི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་ཕྱིར།

བཤད་ཟིན་ཉིས་པ་དེ་དག་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་ཡིན་ཕྱིར་རོ། །གང་  
གི་ཕྱིར་སྟོགས་གཉི་ག་དག་ལ་སྟོན་གང་དག་བསྟན་པ་དེ་དག་གཉི་  
གའི་སྟོགས་འདི་ལ་ཡང་འབབ་པ་དེའི་ཕྱིར་གཉི་ག་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བ་  
སྤྱད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཕྱིར་བྱམ་པ་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་ཏུ་  
ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་སྐྱེ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་ཏུ།

དེ་ནི་དེ་ལས་འབྱུང་ན་ཡོན་ཏན་འགའ་ཡང་ཡོད་མ་ཡིན། །སྐྱེས་  
པར་ཀྱུར་པ་སྤྱར་ཡང་སྐྱེ་བར་རིགས་པའང་མ་ཡིན་ཉིད། །ཅེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་སྟོག་གི་བདག་ཉིད་ཁོ་  
ནར་གནས་པའི་ཕྱིར། བྱམས་པ་ལ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་  
བར་རིག་པར་བྱའོ། །གང་གི་ཕྱིར་བྱམ་པ་ཆུ་དང་སྦྱད་པ་དང་འཁོར་  
ལོ་ལ་སོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཏུ་རྣམ་པར་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་  
ཕྱིར་དེ་དག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། ཇི་སྐད་ཏུ།

གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་གལ་ཏེ་གཞན་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ན་ནི། །  
འོ་ན་མི་ལྷེ་ལས་ཀྱང་ཐུན་པ་མཐུག་པོ་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། །ཐམས་  
ཅད་ལས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ་གང་གི་ཕྱིར། །སྐྱེད་པར་  
བྱེད་པ་མ་ཡིན་མ་ལྟས་ལ་ཡང་གཞན་ཉིད་མཚུངས། །ཞེས་བྱ་བ་ལ་



སོགས་བཤད་ཟིན་ཏོ། །པ་དང་མ་ལ་སོགས་གཞན་དུ་གྱུར་པ་དག་  
ལས་བྱམས་པ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི།

དེ་ལས་ངི་ལྟར་གོང་དུ་བདག་དང་གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་  
གྱི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པར་ཡང་མི་རིགས་སོ་ཞེས་བསྟན་པ་དེ་  
བཞིན་དུ། ཚིག་གསལ་གཉིས་སུ་སྒྲ་བ་ལ་ཡང་ངི་སྐད་དུ་བཤད་པའི་  
རིགས་པས་མི་སྤྱད་དོ་ཞེས་གོང་དུ་བསྟན་པ་མཇུག་བསྟུ་བའི་ཕྱིར།

འདི་ནི་འཇིག་རྟེན་ལས་མིན་དེ་ཉིད་དུ་ཡང་འདོད་མིན་ཏེ། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་སོ། །

གསུམ་པ་སྟན་འབྲིན་གྱི་ལམ་གཞན་ཡང་བསྟན་པ་ནི།

སྒྲར་བཤད་པའི་རིགས་པ་ཁོ་ནས་གཉི་གའི་སྟོགས་ལ་ཡང་གཉི་  
ག་ལས་སྐྱེ་བ་མི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་ཟད་གྱི་འདིར་བཤད་  
པས་ཀྱང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་རེ་རེ་ལས་ནི་སྐྱེ་བ་འགྲུབ་པ་ཡོད་མ་ཡིན། །༩༩

དཔེར་ན་ཏིལ་གཅིག་གིས་འབྲུ་མར་འབྲིན་རུས་པས། མང་པོ་  
ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་འགྱུར་ལ། །རུས་པ་མ་མཐོང་བའི་བྱེ་མ་ནམས་ཀྱིས་  
ནི་མ་ཡིན་པ་ལྟར་རེ་རེས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་ན་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་རང་  
བཞིན་ཅན་མང་པོ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་འགྱུར་བ་ཞིག་གོ། །དེའི་ཕྱིར་གཉི་  
ག་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་རྩ་མེད་ལས་སྐྱེ་བ་དགག་པ་ལ། རོ་བོ་ཉིད་སྒྲ་བ་དང་། མེས་པ་འབྲུང་

བ་ལས་གྱུར་པ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། །དང་པོ་ལ། བདེན་པ་གཉིས་ཆར་དུ་དགག་ །  
དམིགས་སུ་མི་རུང་བའི་འཐད་པས་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་ངོ་པོ་ཉིད་སྟོབ་ནི། གལ་ཏེ་སྟེ་བ་རྒྱ་ལས་ཡིན་ན་ནི་རྒྱ་དེ་  
འབྲས་བུའི་བདག་ཉིད་དུ་གྱུར་པ་དང་། གཞན་དུ་གྱུར་པ་དང་། གཉི་  
གར་གྱུར་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་བས་ཉེས་པ་དེ་དག་དུ་འགྱུར་བ་ཞིག་ན།  
བདག་གིས་ནི་རྒྱ་ཁས་མ་སྒྲངས་པས་བཤད་ཟིན་པའི་ཉེས་པའི་གོ་  
སྐབས་མེད་དོ། །

དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ་བ་ནི་ངོ་པོ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བ་ཁོ་  
ན་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟར་པརྒྱའི་རྒྱ་བ་དང་དེའི་འདབ་མ་རྣམས་ཀྱི་རྒྱབ་  
པ་དང་དེའི་འཇམ་ཤ་དག་འགའ་ཞིག་གིས་བསྐྱེམས་ཏེ་བྱེད་པར་མ་  
མཐོང་ལ། དེའི་འདབ་མ་དང་ཟེའུ་འབྱུ་དང་ཉེ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཁ་དོག་  
དང་དབྱིབས་སྣ་ཚོགས་དག་ཀྱང་བྱེད་པར་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་དུ་པ་ན་ས་དང་བལ་པོ་སེའུ་ལ་སོགས་པའི་སྣ་ཚོགས་པ་ཡང་  
ཡིན་ནོ། །ཕྱི་རོལ་དག་ལ་ངེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་མ་བྱ་དང་བྱ་  
ཏི་ཏི་རི་དང་། བྱ་གག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་དག་ལ་  
ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་འབད་པས་བབྱང་ནས་ཁ་དོག་དང་དབྱིབས་  
ལ་སོགས་པ་འགོད་པར་མ་དམིགས་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་  
རྣམས་ཀྱི་སྟེ་བ་ནི་ངོ་པོ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བ་ཁོ་ནའོ་ཞེས་སྟེ། །

འདི་ལ་བཤད་པར་བྱ་རྟེ།

གལ་ཏེ་རྒྱ་མེད་ཁོ་ནར་སྟེ་བར་ཉུ་ཞིག་འགྱུར་ན་ནི། །

དེ་ཆེ་མཐའ་དག་ཏྲ་བམས་ཅད་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་འགྱུར་ཞིང་། །

འབྲས་འབྱུང་ཆེད་ཏྲ་འདིག་རྟེན་འདི་ཡི་ས་ཚོན་ལ་སྟགས་ནི། །

བརྒྱ་ཕྱག་དག་གི་སྟོན་ས་ལྟར་པར་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར། །༩༩

གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱེ་བ་སྟོབ་བྱར་བར་འགྱུར་ན་ནི་ངེ་  
ལྟར་པ་ན་སའི་ཤིང་དེའི་ཤིང་སྟག་གི་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། བྱི་མ་  
པ་དང་ཨ་མ་ལ་སྟགས་པ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
པས་དེ་དག་ལས་ཀྱང་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་འདྲ་  
བའི་སྤྱིར་རོ། །

ཡང་ངེ་ལྟར་ཤིང་སྟག་པ་ན་ས་དེའི་ཤིང་རྒྱ་མ་ཡིན་པ་ལས་སྐྱེ་བ་  
དེ་བཞིན་དུ་ཁམས་གསུམ་ལས་ཀྱང་འགྱུར་རོ། །ཡང་གང་ཞིག་ཨ་མ་  
དང་ལ་ཀྱ་ཙེ་ལ་སྟགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་པ་ལས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་དུས་  
ཆོགས་ལ་སྟོས་ཤིང་རིས་འགའ་མངོན་པ་དེ་ཡང་དེ་དག་ལ་ཏྲ་བམས་  
ཁོ་ནར་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དུས་ཆོགས་ཀྱི་སྟོས་པ་ལ་མི་སྟོས་པའི་  
སྤྱིར་རོ། །

དེ་བཞིན་དུ་མ་བྱ་མ་བྱའི་མདོངས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པས་  
བྱ་རོག་ལ་ཡང་མདོངས་ཀྱི་ཆོགས་ཡོད་པར་འགྱུར་ལ། མ་བྱ་ལ་  
ཡང་དུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆེ་སྟེ་མངལ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་ཡང་ནི་  
ཆོད་སྟོབ་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟར་འགྲོ་བ་འོ་ཅག་ཏྲ་བམས་  
བར་འགྱུར་ན་དེ་ནི་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་པས་ངོ་པོ་ཉིད་དུ་སྤྲུལ་བ་མི་  
རིགས་སོ། །

དེ་ལྟར་རིགས་པ་དང་འགལ་བ་བརྗོད་ནས།      མཐོང་བ་དང་  
 འགལ་བ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།      འབྲས་འབྱུང་ཆེད་དུ་འཇིག་  
 རྟེན་འདི་ཡིས་ས་བོན་ལ་སོགས་ནི།      བརྒྱ་ཕྱག་དག་གི་སྒོ་ནས་སྤྱད་  
 པར་བྱེད་པར་ཡང་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པ་དེའི་  
 ཕྱིར་སྐྱེ་བ་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དམིགས་སུ་མི་རུང་བའི་འཐད་པས་དགག་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་རྒྱུ་ཡིས་སྟོང་པར་འགྱུར་ན་ནམ་མཁའ་ཡི། །

ལྷ་ལ་ཡི་བྱི་མདོག་དེ་བཞིན་གཟུང་དུ་མེད་ཉིད་ན། །

ཞིན་དུ་ཆེས་བཟའི་འདིག་རྟེན་འདིན་པ་འང་ཡིན་པ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

རང་གི་སྒོ་བཞིན་འདིག་རྟེན་རྒྱུ་ལས་ཡིན་པ་ཞེས་པར་གྱིས། ། ༡༠༠

གལ་ཏེ་འགྲོ་བ་རྒྱུས་སྟོང་པར་གྱུར་ན་ནི་ནམ་མཁའི་ལྷ་ལ་ཡི་བྱི་  
 དང་ཁ་དོག་བཞིན་དུ་འཇིན་པའི་ལམ་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་ན་འགྱུར་  
 བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་རང་གི་སྒོ་ལྟར་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་རྒྱ་ཁོ་ན་  
 ལས་སྐྱེའོ་ཞེས་བྱ་བར་རིག་པར་གྱིས་ཤིག །

ཁྱེད་གྱི་ལྟར་ན་ནི་སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ཡུལ་སྟོན་པོ་  
 གསལ་ནས་ཉེ་བར་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ།      སྟོན་པོའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་སྒོ་ནི་  
 སྟོན་པོ་ཁོ་ན་ལས་ཡིན་གྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ལས་མ་ཡིན་པས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱ་  
 བ་ནི་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་སེམས་པ་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་དགག་པ་ལ།      འདི་ལའང་ཚོངས་ན་པ་

རོལ་རྟོགས་པར་འགལ། ས་རོལ་མེད་རྟོགས་ལོག་པར་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

སེམས་པ་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་དག་ནི་རྒྱ་དམིགས་བཞིན་པ་ལ་  
ནི་བསྟོན་པར་མི་རུས་ཏེ། མཐོང་བའི་ཕྱིར་དང་། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་  
སྟོན་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་  
འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པ་འདི་ནི་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ཉིད་ནི་བཞི་ཁོ་  
ན་སྟེ། འགྲོ་བ་སྣ་ཚྭ་གས་པ་མཐའ་དག་གི་རྒྱུར་གྱུར་པ་ས་དང་ཆུ་དང་  
མེ་དང་རླང་ཞེས་བྱ་བ་རྣམས་སོ། །

དེ་རྣམས་ཀྱི་ཡོངས་སུ་སློན་པའི་བྱད་པར་ལས་པསྒྲ་དང་བལ་པོ་  
སེའུ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་། མ་བྱ་དང་བྱ་གག་གི་ཚྭ་གས་པ་དག་གི་  
སྣ་ཚྭ་གས་པ་ཇི་ལྟར་མཐོང་བཞིན་པ་འཐད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྱད་  
ཀྱི། སྟོ་དངོས་པོའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྣ་ཚྭ་གས་ཡོངས་སུ་གཙུག་པ་པོར་  
གྱུར་པ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ལས་སྐྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་ཇི་ལྟར་ཆང་དག་ལས་འབྱུང་བའི་བྱེ་བྲག་སྐད་པ་ཡོངས་སུ་  
འགྱུར་བའི་བྱད་པར་ལས་སྟོག་ཆགས་རྣམས་ཀྱི་ཚྱོས་པ་དང་བརྒྱལ་  
བའི་རྒྱ་ཚྱོས་པར་འགྱུར་བའི་རུས་པ་སྐྱེ་བ་དེ་བཞིན་ཏུ། རུར་རུར་པོ་  
ལ་སོགས་པའི་འབྱུང་བ་ཆེན་པོའི་བྱད་པར་ཅན་ཡོངས་སུ་སློན་པ་  
ལས་སྟོ་དག་སྐྱེ་ཞིང་། དེ་དག་དངོས་པོ་མཐའ་དག་ཡོངས་སུ་གཙུག་  
པར་བྱེད་པའི་བར་ཏུ་ཡང་འགྱུར་རོ། །

དེའི་ཕྱི་རོལ་དང་ནང་གི་དངོས་པོ་རྣམས་ནི་འཇིག་རྟེན་འདིའི་  
རྒྱ་ལས་འབྱུང་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ཀྱི། གང་ཏུ་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་

སྒྲིན་པ་འདིར་རམ། འདིར་བྱས་པའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་འཇིག་རྟེན་  
གཞན་དུ་འབྱུང་བ་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལྟོང་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་  
ནོ་སྒྲིན་དུ་སེམས་སོ། །མཛེས་མ་ལེགས་པར་སྦྱོང་ཅིང་བཟུང་བར་  
གྱིས། །ལྟས་མཚོག་འདས་གང་དེ་བྱོང་ལ་མི་འབྱུང་། །ལྟས་འདི་ཚོགས་  
པར་གྱུར་པ་ཅམ་ཞིག་སྟེ། །འཇིགས་མ་སོང་བ་སྟོག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
ཞེས་སྒྲུས་ཏེ། འདི་ནི་བྱ་མོ་ལ་མངོན་པར་བསྟོན་པར་འདོད་ཅིང་བྱ་  
མོས་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་མེད་པར་རྟོགས་པར་འདོད་ནས་སྒྲུས་པ་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱོང་གི་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་ལྟོང་པ་མ་  
ཡིན་ནོ་སྒྲིན་པའི་ངེས་པ་འདི་ག་ལས་ཡིན། མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་  
ཉིད་གི་ཕྱིར་རོ་ཞེ་ན།

བྱོང་གི་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཅི་མངོན་  
སུམ་ཞིག་གམ། འོན་ཏེ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན་གང་། མངོན་  
སུམ་མོ་ཞེ་ན། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་མངོན་སུམ་དུ་གྱུར་པ་ཉིད་མེད་  
པ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་མངོན་སུམ་ཉིད་  
དུ་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་བྱོང་ལ་དངོས་པོར་  
འགྱུར་ཏེ། མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་  
དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འགའ་ཡང་མེད་པས་སྟོང་པོ་མེད་པའི་  
ཕྱིར་དངོས་པོ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་  
མེད་པ་མེད་ན་ཡང་འབྱུང་བ་རྣམས་གི་ལྟོང་པ་ཉིད་དང་། འཇིག་

རྟེན་པ་རོལ་མེད་པ་ཉིད་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །

ཅི་སྟེ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་ན་ནི་རེ་ཞིག་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པ་དེ་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་མ་བཟུང་བས། ཅི་ལྟར་མ་བཟུང་  
 བ་དེའི་སྒྲོ་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་མེད་པར་རྗེས་སུ་དཔོག་པར་  
 འགྱུར། ཅི་སྟེ་རྗེས་སུ་དཔག་པས་བཟུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེ་ན། རྗེས་སུ་  
 དཔག་པ་ལས་རབ་རྩ་གྲུབ་པས་ཀྱང་དོན་སྦྱབ་པ་ཡིན་ན་འདི་ནི།

རི་ཅམ་དབང་པོའི་སྦྱོང་ཡུལ་བས། རྒྱུས་བྱ་དེ་ཅམ་ཁོ་ནར་ཟད། །  
 བཟང་མོ་མང་ཐོས་གང་སྤྲོ་བ། །དེ་ནི་སྤྱང་གིའི་རྗེས་དང་འདྲ། །ཞིས་  
 རྒྱུད་ཀྱིས་ཁས་སྤངས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་ཐམས་ཅད་  
 ལ་སྐྱར་པ་འདེབས་པར་བྱེད་པ་ན། སེམས་པ་ཡོད་པ་འབྱུང་བ་ལས་  
 རྩར་པ་ལ་སུན་འབྱེན་པ་བཤད་ཟིན་པའི་ལམ་གྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ཏེ་  
 ཐམས་ཅད་རྩ་སུན་འབྱེན་པ་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

གཞན་ཡང་རི་ལྟར་རབ་རིབ་ཅན་ཟླ་བ་གཉིས་ལ་སོགས་པའི་ངོ་  
 བོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོད་དོ་སྟམ་རྩ་འཇིན་པའི་མཐོང་བ་སྤྲོ་ཤད་  
 དང་སྤྲང་མ་ལ་སོགས་པ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་ཅན་རྩ་རྣམ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུ་གཞན་ཡང་མི་བདེན་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རྩ་རྒྱུད་  
 གྱི་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ལ་སོགས་པ་མེད་པར་ཤེས་པ་གཞན་ཡང་  
 མཐོང་བའི་དངོས་པོ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་རྩ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་  
 ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

འབྱུང་བ་དེ་དག་བདག་ཉིད་གང་ཞིག་གིས་ནི་རྒྱུད་གྱི་སྒྲོ་ནི། །

ཡུལ་རྒྱ་འགྱུར་བ་དེ་ཡི་བདག་ཉིད་ཅན་ནི་མ་ཡིན་ན། །

གང་ལ་ཡིད་ཀྱི་ཕྱན་བ་མཐུག་ལོ་འདི་ཉིད་རྒྱ་ཡོད་ལ། །

དེས་ན་དེ་ལྟར་འདི་ག་ཉིན་ལ་རྫོལ་ཡང་དག་ཉོགས་པར་འགྱུར། །༡༠༡

ས་ལ་སོགས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བཞི་པ་གང་དག་སྤྲུས་པ་དེ་དག་ནི་  
 རི་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ཤེས་པའི་ཡུལ་ཉིད་རྒྱ་འགྱུར་བའི་བདག་ཉིད་དེར་  
 ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་འདི་ཉིད་ལ་  
 ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྒྱ་མཐོང་བ་ཡིན་པ་དེའི་ཆོ། །འཇིག་རྟེན་པ་རྫོལ་ཏེ་པོར་  
 སྤྲ་བ་ལྟའི་མིག་གི་ཤེས་པའི་སྤྱོད་ཡུལ་རྒྱ་ཁྱུར་པ་རི་ལྟར་ཉོགས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་པ་རྫོལ་མེད་ཉོགས་ལོག་པར་བསྟན་པ་ལ། །གཞན་ལ་གྲགས་ཀྱི་རྗེས་  
 དཔག་བརྗོད་པ་དང་། དཔེ་མ་གྲུབ་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་།

འཇིག་རྟེན་པ་རྫོལ་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རྒྱས་ལྟ་བདག་ཉིད་ནི། །

ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རྒྱ་ལྟ་བར་ཉོགས་བྱ་ཞེ། །

དེ་ཡི་ལྟ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལྟས་དང་ལྟན་ཉིད་ཕྱིར། །

གང་ཆེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། །༡༠༢

མཚུངས་པ་ནི་མཉམ་པ་སྟེ་འདྲ་བ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །རྟེན་ནི་  
 གནས་པའི་རྒྱལོ། །ལྟས་ནི་ཁོག་པའོ། །དེའི་ལྟ་བའི་རྣམ་པ་ནི་འཇིག་  
 རྟེན་པ་རྫོལ་ལ་སྤྱར་པ་འདེབས་པ་དེའི་ལྟ་བའི་རྣམ་པའོ། །རྟེན་ཡང་  
 དེ་ཡིན་ལ་མཚུངས་པ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་ཞེས་བྱུང་པར་གྱི་ཆོག་བསྟུ་



བཤོ། །རྟེན་ཏུ་མཚུངས་པ་ཉིད་ལྷན་ཡིན་པས་ན་དེའི་ལྷ་བའི་རྣམ་  
པའི་རྟེན་ཏུ་མཚུངས་པའི་ལྷན་ཞེས་ཆོག་རྣམ་པར་སྦྱར་རོ། །དེ་འདི་  
ལ་ཡོད་པས་ན་མ་རྟུབ་གྱི་རྟེན་ནོ། །དེའི་དངོས་པོ་ནི། དེ་ཡི་ལྷ་བའི་  
རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལྷན་དང་ལྷན་ཉིད་ཕྱིར། ཞེས་བྱ་བ་སྟེ་གཏན་  
ཆོགས་སོ། །

རྟེན་དེ་ནི་ངེས་པ་ལྟར་པ་ལས་ཀྱང་པའི་འཇིག་རྟེན་  
པ་རོལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་ལྷ་བའམ། ཐེ་ཆོམ་གྱི་རྟེན་ཉིད་ཏུ་མ་གྱུར་པ་  
དེ་སྤྱིད་ཏུ་ལོག་པར་ལྷ་བ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་  
པའི་རྟེན་ཏུ་མཚུངས་པ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བས་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་  
ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་རྟོགས་པ་ན་ཡང་འཇིག་རྟེན་རྒྱང་འཕེན་པ་ལ་དེའི་  
ལྷ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་ཏུ་མཚུངས་པའི་ལྷན་དང་ལྷན་པ་ཉིད་ཡོད་  
པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྷར་དེའི་གནས་སྐབས་ནི་གཉིས་ཏེ་གཅིག་ནི་འབྱུང་  
བའི་རང་བཞིན་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །གཞན་ནི་འཇིག་  
རྟེན་གཞན་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པའི་གནས་སྐབས་སོ། །དེ་ལ་གཅིག་  
ནི་ཕྱོགས་སུ་བྱས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་གཞན་དཔེ་ཉིད་ཏུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
གང་ཆེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆེ་བཞིན། ཞེས་  
བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། གནས་སྐབས་དེར་ཡང་དེའི་ལྷ་བའི་རྣམ་པའི་རྟེན་ཏུ་  
མཚུངས་པའི་ལྷན་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དང་ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་  
ཅི་ལོག་ཏུ་ལྷ་བ་ཡོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་མ་གྲུབ་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་ཉིད་རྟོགས་པའི་གནས་  
སྐབས་ན་ཡང་བདག་སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པ་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་སྟེར།  
དཔེ་བསྟུབ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་ཡིན་ཅོ་སྟུམ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་ཏེ། མ་སྟེས་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་  
འབྱུང་བ་དག་ལ་སྟེ་བ་དང་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་རྟོགས་པས་སྟོན་ཅི་ལོག་  
ཏུ་ལྟ་བ་ཉིད་གྲུབ་པའི་སྟེར་རོ། །

འབྱུང་བ་དག་མ་སྟེས་པ་ཉིད་དེ་ཁོ་ན་བསྟུབ་པར་བྱ་དགོས་སོ་  
ཞེ་ན། མ་ཡིན་ཏེ་བསྟུབས་ཟིན་པའི་སྟེར་རོ་ཞེས་བཤད་པ་སྟེ།

འབྱུང་བ་དེ་དག་ནི་ལྟར་ཡོད་མིན་དེ་ལྟར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

གང་གི་སྟེར་ན་གོང་དུ་རང་བཞིན་ལས་དང་གཉིས་གཤམས། །

སྟེ་དང་རྒྱ་མེད་བྱན་མོང་དུ་ཉི་བཀག་ཟིན་དེ་ཡི་སྟེར། །

མ་བཤད་འབྱུང་བ་འདི་དག་ལྟ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏོ། ། ༡༠༩

དངོས་པོ་རྣམས་སྟོན་མོང་ཏུ་རང་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་དང་  
རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྟེ་བ་འགོག་པར་བྱེད་པ་ན། འབྱུང་བ་དང་སྟེ་བ་ཡང་  
བདག་གིས་སྟེར་བཀག་པ་ཁོ་ན་ལས་སྟེ་བ་མེད་པའི་སྟེར། འབྱུང་བ་  
དག་ལ་རང་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་དཔེ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། །དེ་  
བཞིན་ཏུ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་སྦྱར་བ་འདེབས་པ་དང་། དངོས་  
པོ་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་སྟེ་བ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་སྟེ་བ་དང་།  
དབང་སྟུག་དང་དུས་དང་རྩལ་དང་རང་བཞིན་དང་ངོ་བོ་ཉིད་སྟེ་  
བ་རྣམས་དང་། དེ་དག་ལས་གཞན་པ་རྣམས་ལ་ཡང་རང་རང་གི་

ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་པ་སྟེ་བ་ན་རྟོགས་པ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཉིད་སྐྱར་བར་བྱའོ། །  
འདི་ལྟ་སྟེ།

རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འགོག་པར་བྱེད་པའི་རུས་སུ་བདག་ཉིད་  
ནི། །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་རུ་ལྟ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །དེ་  
ཡི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལུས་དང་ལྡན་ཉིད་ཕྱིར། །གང་  
ཆོ་འབྱུང་བའི་བདག་ཉིད་ཡོད་ཉིད་ཁས་ལེན་དེ་ཆོ་བཞིན། །ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་སྐྱར་བར་བྱ་སྟེ། །ཡོད་པ་དང་མེད་པ་ཉིད་རུ་ལྟ་བ་  
ཐམས་ཅད་དགག་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཁོ་བོ་ཅག་ལ་ནི་གནས་  
སྐབས་འགར་ཡང་མི་འདོད་པ་ཐོབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་  
མཁས་པས་ཡོངས་སུ་བསྐྱར་ལ་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་འདི་ཉིད་གྱིས་  
གཞན་གྱིས་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པའི་ཕྱོགས་སྒྲ་མ་མ་ལུས་པ་བསལ་  
བར་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། རྟོག་པའི་བྱ་བ་མ་ལུས་པར་བཀག་པར་དོན་  
དམ་པའི་ཡེ་ཤེས་བྱུང་བར་མདོན་པར་འདོད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ལ་ཡང་ཐལ་བ་འབྱུར་བ་འདི་ཙམ་མཚུངས་སོ་སྟུམ་ན།  
དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་བོ་ཅག་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྐྱབ་པ་ལ་  
དཔེ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

འཇིག་རྟེན་གཞན་རྟོགས་ཡོད་པ་ཉིད་རུ་རྟོགས་པའི་རུས་སུ་  
བདག་ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་དམ་པའི་དོན་ནི་ལྟ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །  
བདག་གི་ལྟ་བུའི་རྣམ་པའི་རྟེན་མཚུངས་ལུས་དང་ལྡན་ཉིད་ཕྱིར། །  
གང་གི་ཆོ་ནི་བདག་མེད་རྟོགས་པས་ཁས་ལེན་དེ་ཆོ་བཞིན། །

ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པར་རྣམས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ།

འདི་ན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡོད་ཅིས་རྟོགས་པའི་དུས་སུ་བདག །  
ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་དམ་པའི་དོན་ནི་ལྟ་བར་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །གཏན་  
ཚིགས་དང་དཔེ་དག་ནི་དེ་གཉིས་ཁོ་ནས་ལོ། །དེ་བཞིན་དུ་དངོས་པོ་  
ཐམས་ཅད་ངེས་པ་ལ་ཡང་སྤྱར་བར་བྱའོ། །

དེའི་སྤྱིར་ཚུལ་འདིས་ནི།

དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་གཞན་དག་ལས་ལྟ་ག་ལ་ཞིག །གཉི་  
ག་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་རྒྱ་མེད་པར་ནི་ག་ལ་ཡོད། །ཅིས་གང་དམ་  
བཅས་པར་གྱུར་པ་དེ་རབ་དུ་བསྐྱབས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་ཚུལ་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི།

འདིར་སྤྲས་པ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་བདག་དང་གཞན་དང་  
གཉི་ག་དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་མི་སྐྱེ་ན། འོ་ན་ངེ་ལྟར་སྐྱེ། བཤད་པ།  
གལ་ཏེ་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་སྐྱེ་  
བའི་རྣམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་མི་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར། ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་དེ་  
བདག་གམ། གཞན་ནམ། གཉི་གའམ། རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ལས་སྐྱེ་བའམ་  
དམིགས་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་གོ།

གང་དག་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་དངོས་པོ་རྣམས་  
སྐྱེ་བར་མངོན་པར་འདོད་པ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ཡང་དབང་ཕྱག་ལ་  
སོགས་པ་དེ་དག་བདག་དུ་གྱུར་པའམ། གཞན་དུ་གྱུར་པའམ། གཉི་  
གར་གྱུར་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་བས་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་རྒྱུར་སྤྲ་བ་

དག་ཀྱང་བཤད་ཟིན་པའི་སྐྱོན་ལས་མི་འདའ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སྐྱེད་པར་  
བྱེད་པའི་རྒྱུ་ནམ་པར་རྟོག་པ་གཞན་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར་ལ་ནམ་པར་རྟོག་པ་བཞིས་སྐྱེ་བ་  
བཀག་པའི་ཕྱིར། དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་སྐྱེ་བ་མེད་དོ་ཞེས་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར།

གང་གི་ཕྱིར་ན་བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་ལས་སྐྱེ་དང་། །

རྒྱལ་ལ་མ་སྟོས་ཡོད་ལ་མིན་ལས་དངོས་ནམས་རང་བཞིན་བྲལ། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་སོ། །འདིར་སྤྲས་པ། གལ་ཏེ་དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་  
རང་བཞིན་སྐྱེ་བ་མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ན། འོ་ན་མ་སྐྱེས་པ་སྟོན་པོ་ལ་  
སོགས་པ་ནམས་ཅི་ལྟར་བབྱང་། །བཤད་པ་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་  
ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ངི་ལྟར་ཡང་འགའ་ཞིག་གི་ཡུལ་ཉིད་རྩ་  
འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པས་སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་  
བབྱང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་བཀག་པ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ། མཐོང་བ་ལ་འགལ་བ་སྤང་བ་དང་།  
རང་བཞིན་མེད་ན་ཐ་སྟོད་རྩའང་ཡོད་པར་འགལ་བའི་ཚྣོད་པ་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི།  
དང་པོ་ལ། གཏི་མུག་དབང་གིས་མི་མཁས་པས་མཐོང་བའི་ཚུལ་དང་། མཁས་པ་ལ་  
མི་སྤང་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། མེད་པ་མཐོང་བའི་འགལ་བ་  
སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་ན་ནི་འོ་ན་གང་ཞིག་ཡང་དང་ཡང་རྩ་ཡུལ་གྱི་  
ངོ་བོ་ཉིད་རྩ་མཐུན་ན་སྤང་བར་མཐོང་བ་དེ་ཅི་ཞིག་རྩ་འགྱུར་བར་

འོས་ཤེ་ན། བཤད་པ་འདི་ནི་སྤྱི་ཅི་ལྷག་ཉིད་ཀྱིས་ན་རང་བཞིན་  
མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཁོ་ན་བདག་ཉིད་དེར་  
དམིགས་པའི་སྤྱིར་ལ་མ་རིག་པ་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མ་  
དམིགས་པའི་སྤྱིར་རོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

གང་སྤྱིར་སྤྱིན་ཆོག་ས་དང་མཚུངས་གཏི་ཕྱག་སྤྱག་པོ་འདི་གཉིས་ལ། །

ཡོད་པ་དེས་ན་ཡུལ་རྣམས་ལོག་པ་དག་ཏུ་སྤྱང་བར་འགྱུར། །༡༠༩

སྤྱིན་ཆོག་ས་ནི་ཆར་སྤྱིན་གྱི་ཆོག་ས་སོ། །གང་གི་སྤྱིར་སྤྱིན་གྱི་ཆོག་ས་  
དང་འདྲ་བའི་གཏི་ཕྱག་སྤྱག་པོ་སྤྱིན་པོ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་  
མཐོང་བ་གཡོགས་ནས་གནས་པ་དེའི་སྤྱིར་གྱིས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིན་པོ་  
ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་མཐོང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་ངོ་བོ་  
སྤྱིན་ཅི་ལྷག་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གནས་སུ་གྱུར་པ་འདི་ནི་གྱིས་  
པ་བདེན་པ་མངོན་པར་ཞེན་པ་རྣམས་ལ་སྤྱང་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མེད་པ་མཐོང་བའི་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ། དཔེ་དང་། འོན་གཉིས་ཀྱི་  
དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྱིས་པ། གཏི་ཕྱག་གིས་བཀའ་པའི་སྤྱིར། རྣམ་པ་ཐམས་  
ཅད་ཏུ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་མཐོང་བར་ནི་འགྱུར་ལ་རག་ན། སྤྱིན་ཅི་  
ལྷག་ཏུ་མཐོང་བ་གཡོགས་ཤེ་ན། དེ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་པ་རྣམས་  
མ་རིག་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་ཉིད་ཏུ་སྤྱང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ཉིད་སྤྱི་རོལ་གྱི་དཔེའི་སྟོན་ས་བསྟན་པའི་སྤྱིར།

དེ་ལྟར་རབ་རིབ་མཐུ་ཡིས་འགལ་ཞིག་སྤྱ་གད་ལྷོ་གཉིས་དང་། །

མ་བྱའི་མདོར་ས་དང་སྒྲུང་མ་ལ་སོགས་ཡོག་པར་འཛིན་བྱེད་པ། །

ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། རི་ལྷར་རབ་རིབ་གྱི་མཐུས་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་  
སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པ་ནམས་མ་སྟེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏུ་ཟིན་གྱང་  
དངོས་པོ་ཉིད་ཏུ་འཛིན་པར་བྱེད་པ།

གཉིས་པ་དོན་ནི།

དེ་བཞིན་དུ་གཏི་མུག་སྟོན་གྱི་དབང་གིས་མི་མཁས་པས། །

འདུས་བྱས་ལྟ་ཞིག་སྒྲ་ཆོག་ས་སྟོ་གྲོས་གྱིས་ནི་རྟོགས་པར་འགྱུར། ། ༡༠༥

འདི་ནི་མ་རིག་པའི་རྒྱན་གྱིས་འདུ་བྱེད་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་  
བཞིན་ཏུ་མ་རིག་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་གང་ཟག་འདི་ནི་བསོད་  
ནམས་མདོན་པར་འདུ་བྱ་བ་དང་། བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པ་མདོན་  
པར་འདུ་བྱ་བ་དང་། མི་གཡོ་བ་མདོན་པར་འདུ་བྱ་བ་ཡང་མདོན་  
པར་འདུ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་མ་རིག་པ་འགག་པས་  
འདུ་བྱེད་འགག་ཅེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་མཁས་པ་ལ་མི་སྣང་བའི་ཚུལ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་ཚུལ་འདིས།

གལ་ཏེ་གཏི་མུག་བརྟེན་ནས་ལས་བྱུང་གཏི་མུག་མེད་པར་དེ། །

མི་འབྱུང་ཞེས་བྱར་མི་མཁས་ཁོ་ནས་རྟོགས་པར་གོར་མ་ཆག །

སྟོ་བཟང་གི་མས་བྱན་པ་སྟུག་པོ་ནམ་པར་བསལ་བ་བཞིན། །

མཁས་པ་དག་ནི་སྟོང་གི་དཀོན་དུ་རྒྱད་ཅིང་གྲོལ་བར་འགྱུར། ། ༡༠༦

ཤེས་རབ་ཅན་ནི་མ་རིག་པའི་རྒྱན་གྱིས་འདུ་བྱེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་

མཐོང་བ་ན་འདུ་བྱེད་རྣམས་རང་བཞིན་མེད་པར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་  
 འགྱུར་བ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་བྱེད་གྱི། དེ་རྟོགས་པ་ལས་མ་རིག་པ་  
 སྤངས་ཤིང་འདུ་བྱེད་དག་ཀྱང་ཉེ་བར་མི་ལེན་ཏེ། དེ་ཉེ་བར་ལེན་  
 པའི་རྒྱ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ལས་རྣམས་པར་གྲོལ་  
 བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་རང་བཞིན་མེད་པ་ཐ་སྙད་ཡོད་པར་འགལ་བའི་ཚུད་པ་སྤང་བ་ལ།  
 ཚུད་པ་དང་། ལན་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྲུས་པ། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་  
 རྟོན་དམ་པར་རང་བཞིན་འགའ་ཡང་མེད་ན། འོ་ན་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་  
 བཞིན་དུ་རྟོན་དམ་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་དག་གི་རང་  
 བཞིན་ཀྱན་རྫོབ་དུ་ཡང་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། གཟུགས་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི་ཀྱན་རྫོབ་དུ་ཡོད་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་གི་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་རྟོན་དམ་པར་ཡང་ཡོད་པ་  
 ཁོ་ན་འོ་ཞེས་སྤྲུས་པ།

གལ་ཏེ་དངོས་རྣམས་དེ་ཉིད་དུ་མེད་ན། །  
 ཐ་སྙད་དུ་ཡང་མོ་གཤམ་བྱ་བྱེད་བཞིན། །  
 དེ་དག་མེད་པ་ཉིད་འགྱུར་དེ་ཡི་ཕྱིར། །  
 དེ་དག་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་ཡོད་པ་ཉིད། །༡༠༥

གཉིས་པ་ལན་ལ། དཔེ་མ་ངེས་པར་བསྟན། དབུ་མ་པ་ལ་འདིའི་ལྷན་ཀ་མི་འཇུག།  
 རང་གི་སྡེ་པས་བཀལ་བར་མི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་མ་



ངེས་པ་དང་། བྱོད་རང་ཉིད་ལ་མ་ངེས་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

གང་དག་རབ་རིབ་ཅན་སོགས་ལྟལ་གྱུར་བ། །

སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་དེ་དག་མ་སྐྱེས་པས། །

རེ་ཞིག་དེ་དག་ཉིད་ལ་བརྗོད་བྱ་སྟེ། །

སྐྱེ་ནས་མ་རིག་རབ་རིབ་རྗེས་འབྲེལ་ལས། ༥༠༥

དེ་ཅིའི་སྤྱིར། བྱོད་ཅག་གིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ལྟལ་སྐྱ་ཤད་ལ་  
སོགས་པ་དག་མཐོང་ལ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ནི་མ་ཡིན་ཞེས་རེ་ཞིག་གང་  
དག་རབ་རིབ་ལ་སོགས་པས་མིག་ཉམས་པར་བྱས་པ་དེ་དག་ཁོ་ན་  
ལ་བརྗོད་པར་བྱ་ལ། སྤྱིས་ནི་ཅིའི་སྤྱིར་མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་  
གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་མཐོང་ལ། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ནི་མ་ཡིན་ཞེས་  
མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྤོའི་མིག་བསྐྱེབས་པ་རྣམས་ལ་བརྟལ་  
ཞིང་བརྟག་པར་བྱ་དགོས་སོ། །

ཁོ་པོ་ཅག་ལ་ནི་འདི་བརྟལ་ཞིང་བརྟག་པར་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་  
ལྟར་ཁོ་པོ་ཅག་ནི་རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་པོ་དེ་དག་འདི་  
ལྟར་གཟིགས་ཤིང་གཞན་གང་དག་རྣལ་འབྱོར་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་  
པར་འདོད་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་རང་བཞིན་དེ་སྐྱེད་བཤད་པ་  
ལ་ལྟག་པར་མོས་པར་བྱའོ། །ཞེས་ལུང་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རྣལ་འབྱོར་  
པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པའི་སྒྲོ་ནས་དངོས་པོ་རང་བཞིན་  
མེད་པར་འཆད་པར་བྱགས་པ་ཡིན་གྱི། རང་གི་ཤེས་པ་ལ་ལྟོས་ནས་

ནི་མ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་པོ་ཅག་ནི་མ་རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྒོའི་མིག་  
བསྐྱེབས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་དུ།

ལུང་པོ་རང་བཞིན་དབེན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད། །བྱང་ཆུབ་རང་  
བཞིན་དབེན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད། །གང་སྟོང་དེ་ཡང་རང་བཞིན་སྟོང་  
པ་སྟེ། །ཡེ་ཤེས་ལྷན་པས་ཤེས་ཀྱི་བྱིས་པ་མིན། །ཡེ་ཤེས་རང་བཞིན་  
སྟོང་པར་རིག་འགྱུར་ཏེ། །ཤེས་བྱའི་རང་བཞིན་སྟོང་པར་རིག་གྱུར་  
ནས། །ཤེས་པ་པོ་དང་འདྲ་བར་རྟོགས་གྱུར་ན། །བྱང་ཆུབ་ལམ་ལ་དེ་  
དག་སྟོང་ཅེས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་རྣལ་  
འབྱུང་པ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ཞིང་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་གིས་ནི་  
ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་ཆོས་འགའ་ཞིག་གི་རང་བཞིན་མ་གཟིགས་ལ། རོན་  
དམ་པར་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །རབ་རིབ་ཅན་ལ་བརྟེན་ཞིང་བརྟེན་པ་  
ལྟར་པར་འདུག་ཅིག།

གཉིས་པ་ཁྱོད་རང་ཉིད་ལ་མ་ངེས་པ་ལ། རིགས་པ་དང་། ལུང་གིས་མ་ངེས་པ་  
གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

རེ་ཞིག་འདི་ནི་ཁྱོད་ཉིད་ལ་ཆེར་བརྟེན་ཞིང་བརྟེན་པར་བྱ་བ་  
ཡིན་ནོ། །ཞེས་བཤད་པ།

གལ་ཏེ་མི་ལ་མ་དྲི་ཟེའི་སྒྲིབ་བཅས། །

མིག་རྒྱའི་ཁྱུ་དང་མིག་འཕྱལ་གཞུགས་བརྟན་སྟོགས། །

སྐྱེ་མཉེན་མཛོད་ན་ཡོད་ཉིད་མིན་མཚུངས་ཀྱང་། །

ཁྱོད་ལ་ཇི་ལྟར་དེར་འགྱུར་དེ་མི་རིགས། །༡༠༦

དཔེར་ན། མི་ལམ་རུ་དམིགས་པ་དང་། མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ཡོད་པ་  
མ་ཡིན་པ་ཉིད་རུ་འདྲ་ཡང་མི་ལམ་མཐོང་ལ་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་མ་ཡིན་  
པར་འགྱུར། དེ་བཞིན་རུ་དྲི་ཟའི་གྲོང་བྱིར་ལ་ཡང་དོ། །སྒྲིག་རྒྱུ་ལྷ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྒྲིག་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ནོ། །དེ་བཞིན་རུ་མིག་  
འཕྲུལ་ལ་ཡང་དོ། །གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་ཞེས་བྱ་བའི་སོགས་  
པའི་སྒྲས་ནི་བྲག་ཅ་དང་སྐུལ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོངས་སུ་བབྱང་  
དོ། །དཔེར་ན་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་པ་ཡིན་རུ་ཟིན་ཀྱང་། དེ་དག་  
མཐོང་གི་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ངེ་བདག་ཉིད་  
ལ་བརྟུལ་ཞིང་བརྟག་པ་གྱིས་དང་། དེ་ནས་ཕྱིས་ང་ལ་བརྟུལ་ཞིང་  
བརྟག་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ལྷང་གིས་མ་ངེས་པ་ནི།

དེ་ཉིད་རུ་འདི་དེ་ལྟར་སྐྱེ་མེད་ཀྱང་། །

མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་གང་ཕྱིར་འདི་ག་ཉེན་གྱི། །

མཐོང་བའི་ཡུལ་རུ་མི་འགྱུར་མ་ཡིན་ན། །

དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་སྒྲས་འདི་མ་ངེས་པ་ལོ། །༡༡༠

ཞེས་བརྗོད་པར་རྒྱས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །ངེ་སྐྱེད་རུ། བཅོམ་ལྷན་  
འདས་གྱིས།

འགྲོ་བ་དག་ནི་མི་འདྲར་བཤད། དེ་ཉིད་རུ་ནི་ནམ་པ་གཞག་མི་  
ལམ་གང་ལའང་དངོས་པོ་མེད། །ལྷག་པའི་སྒོ་ཅན་མངོན་པར་ཞེན། །  
དྲི་ཟའི་གྲོང་བྱིར་ངེ་ལྟར་སྐྱེད་ཀྱང་ཀྱང་། །གྲོང་བྱིར་སྐྱེགས་བརྩུར་

ཡོད་མིན་གཞན་ནའང་མེད། །ཤོད་བྱིར་མིང་ཅམ་ཞིག་གིས་རབ་རྒྱ་  
 བཞག །དེ་བཞིན་བདེ་བར་གསེགས་པས་འགྲོ་འདི་གཟིགས། །ཁུ་ཡི་  
 འདུ་ཤེས་ཅན་གྱིས་ནི། །མཐོང་ཡང་སྒྲིག་སྒྲུ་ལ་ཁུ་མེད། །དེ་བཞིན་  
 ཡོངས་སུ་རྟོགས་པས་བཀུས། །སྤྱག་པ་མིན་པར་སྤྱག་པར་རྟོག །མེ་  
 ལོང་ཤིན་རྒྱ་ཡོངས་དག་ལ། །རྩི་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པ་ཡི། །གཟུགས་  
 བརྟན་སྤང་བ་དེ་བཞིན་རུ། །ལྟོན་པ་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་གྱིས། །ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ལུང་ལས་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་རང་བཞིན་  
 གྱིས་མ་སྒྲིས་པ་ཡིན་བཞིན་རྒྱ་འཛིན་རྟོན་གྱིས་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཉིད་  
 རྒྱ་འགྱུར་ལ། །མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་ནི་མ་ཡིན་པས་འདི་ནི་ཁྱོད་ལ་རང་ཉིད་  
 ལས་མ་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དབུ་མ་པ་ལ་དེའི་ལྷན་ཀ་མི་འཇུག་པ་ལ། རིགས་པ་དང་། ལུང་དང་  
 མི་འགལ་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ཁོ་པོ་ཅག་ལ་ནི་འདི་ཙམ་རྒྱ་མེད་པ་ཉིད་དེ་འདི་ལྟར་ཁོ་པོ་ཅག་  
 གིས་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་རྫོག་རྒྱ་རང་བཞིན་གྱིས་སྒྲེ་  
 བར་ཁས་སྤངས་ནས་དོན་དམ་པར་འགོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་  
 ཞེན། རི་ལྟར།

མོ་གཤམ་བྱ་ལ་རང་གི་བདག་ཉིད་གྱིས། །  
 སྒྲེ་བ་དེ་ཉིད་རྒྱ་མེད་འཛིན་རྟོན་རྒྱ་འཛིན། །  
 ཡོད་མིན་དེ་བཞིན་དངོས་འདི་ཀྱང་ཁོ་པོ། །  
 ཉིད་ཀྱི་འཛིན་རྟོན་དེ་ཉིད་རྒྱ་མ་སྒྲིས། །༡༡༡

གཉིས་པ་ལུང་དང་མི་འགལ་བ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ།

དེ་ཕྱིར་འདི་ལྟར་སྟོན་པས་ཆོས་རྣམས་ཀྱིན། །

གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་སྐྱེ་བུ་རང་བཞིན་གྱིས། །

ཡོངས་ཀྱི་ཕྱ་དན་འདས་པ་གསུངས་གྱུར་བ། །

དེ་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །༡༡༡

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་ལུང་ཡོད་པ་དེའི་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ནོ། །ལུང་བརྗོད་པ་ནི།

ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བ་ནི། །གདོད་ནས་ཞི་ཞིང་མ་སྐྱེས་པ། །  
རང་བཞིན་ཕྱ་དན་འདས་པ་ཡི། །ཆོས་རྣམས་མགོན་པོ་ཁྱོད་ཀྱིས་  
སྟོན། །ཞེས་བྱ་བའོ། །དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་ཞི་བའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཆོས་  
ཐམས་ཅད་ཞི་བའོ། །

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་ཞི་བའི་ཡུལ་ཡིན་ཞེ་ན། མ་སྐྱེས་པ་ཞེས་བྱ་  
བ་སྟོས་ཏེ། མ་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །གང་གི་ཕྱིར་མ་  
སྐྱེས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཡེ་ཤེས་ཞི་བའི་ཡུལ་ལོ། །

ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མ་སྐྱེས་ཤེ་ན། །གང་གི་ཕྱིར་རང་བཞིན་ཕྱ་དན་  
འདས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་ཏེ། །གལ་ཏེ་འགའ་ཞིག་ལ་རང་བཞིན་ཏེ་ངོ་  
བོ་ཉིད་ཡོད་ན་དེ་སྐྱེ་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། །རང་བཞིན་དེ་ཡང་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པས་ཅི་ཞིག་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །འདིས་ནི་དུས་ཐམས་ཅད་  
དུ་མ་སྐྱེས་པར་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ། །སྤར་མ་བུང་བ་ལས་ཕྱིས་འབྱུང་བ་

མ་ཡིན་ཞིང་སྤྱིས་འབྱུང་ནས་ཀྱང་ཡང་འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་  
 ཅི་ཞེ་ན། རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའོ། །  
 གདོད་ནས་ཞེས་བྱ་བ་སྟོས་པས་ནི་དེ་དག་རྣམས་འགྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་གནས་སྐབས་ཁོ་ནར་མ་སྐྱེས་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། དེའི་  
 གོང་རོལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྙད་ཀྱི་གནས་སྐབས་སུས་ཡང་ཆོས་དེ་  
 དག་རང་གི་བདག་ཉིད་ཀྱིས་མ་སྐྱེས་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་སྟོན་པར་  
 བྱེད་དོ། །གདོད་ཀྱི་སྐྱ་ནི་དང་པོའི་སྐྱའི་རྣམས་ཀྱངས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་  
 ཀྱི་ཐ་སྙད་ཀྱི་གནས་སྐབས་བརྗོད་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །  
 དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བའི་དུས་སུ་ཆོས་རྣམས་ཁྱོད་ཀྱིས་  
 བསྟན་ཏོ་ཞེས་ཡོན་ཏན་ལུལ་དུ་བྱུང་བ་བརྗོད་པའི་སྟོན་ནས་བཙམ་  
 ལུན་འདས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཕགས་པ་སྐྱིབ་པ་ཐམས་  
 ཅད་རྣམས་པར་སེལ་བས་བསྟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རང་གི་སྤེལ་ས་བཀལ་བར་མི་རིགས་པ་ནི།

རང་གི་སྤེལ་ས་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ནི་བཀལ་བ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། དེ་  
 ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། གང་གི་སྤྱིར་དེ་དག་གིས་ཁས་སྐྱེས་པ།

བྱམ་ལོགས་འདི་དག་དེ་ཉིད་ཏུ་མེད་ཅིང་། །

འཇིག་རྟེན་རབ་ཏུ་གྲགས་པར་ཡོད་ནི་བཞིན། །

དེ་བཞིན་དངོས་ལོ་ཐམས་ཅད་འགྱུར་བས་ན། །

མོ་གསལ་བྱ་དང་མཚུངས་པར་ཐལ་མི་འགྱུར། །༡༡༡

ཅི་སྟེ་གལ་ཏེ་གདགས་པའི་རྟེན་ས་དང་། ཆུ་དང་། མེ་དང་། ཆུང་

དང་། གཟུགས་དང་རྩི་དང་རྩོ་དང་རིག་བྱ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཡོད་  
པ་དེའི་སྤྱིར་བུམ་པར་བརྟགས་པ་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཞེས་བྱ་བར་  
རིགས་ན། གང་གི་ལྟར་ན་ས་ཐམས་ཅད་བརྟགས་པ་ཙམ་ཁོ་ན་ཡིན་  
གྱི་བརྟགས་པའི་རྟེན་རྩིས་ཅི་ཡང་མེད་པ་དེ་ལ་ནི་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་  
དང་འདྲ་བར་ཐལ་བ་བསྒྲིག་པ་མེད་པ་ཉིད་དོ་སྟམ་ན། དེ་ཡང་མི་  
རིགས་ཏེ། བརྟགས་པའི་རྟེན་རྩིས་སྐྱབ་པར་མི་ལུས་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ཇི་སྐད་དུ། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མ་གཏོགས་པར། ཇི་ལྟར་བུམ་  
པ་ཡོད་མིན་ལྟར། དེ་བཞིན་རྒྱང་སོགས་མ་གཏོགས་པར། གཟུགས་  
ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

ས་ཁུ་མེ་དང་རྒྱང་རྣམས་ནི། །རེ་རེ་ངོ་བོ་ཉིད་དུ་མེད། །གང་  
གསུམ་མེད་པར་རེ་རེ་མེད། །གཅིག་མེད་པར་ཡང་གསུམ་མེད་དོ། །  
གལ་ཏེ་གསུམ་མེད་རེ་རེ་མེད། །གཅིག་མེད་པར་ཡང་གསུམ་མེད་ན། །  
སོ་སོ་རང་ཡོད་མ་ཡིན་ཏེ། །ཅི་ལྟར་འདུས་པ་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་  
བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །

ཇི་ལྟར་རྟག་པ་ལས་མི་རྟག་པ་སྐྱེ་བར་མི་འདོད་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
རྩིས་སུ་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་རྩིས་སུ་མེད་པར་སྐྱེ་བར་མི་རིགས་ཏེ། ཇི་  
སྐད་དུ།

དངོས་པོ་རྟག་པ་ལས་བྱུང་བ། །མི་རྟག་པར་ནི་ཇི་ལྟར་འགྱུར། །  
རྒྱ་འབྲས་མཚན་ཉིད་མི་མཐུན་པ། །ནམ་ཡང་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དཔེར་ན་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་བཞིན་ལ་  
 སོགས་པའི་ཚེགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་  
 བརྟགས་པ་ཅམ་དམིགས་པ་དང་། བརྟགས་པར་ཡོད་པ་ཀ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱིམ་དུ་བརྟགས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤིང་  
 གི་རྟེན་ཅན་ནགས་བརྟགས་པ་དང་། ཇི་ལྟར་མི་ལམ་ན་མ་སྐྱེས་པའི་  
 རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ས་བོན་ལས་མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ལྷ་  
 གྱུ་སྐྱེ་བར་དམིགས་པ་དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་བརྟགས་པར་ཡོད་པ་  
 ཐམས་ཅད་གྱི་བརྟགས་པ་ཡང་དངོས་པོ་བརྟགས་པ་ཡོད་པའི་རྟེན་  
 ཅན་དུ་རིགས་ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། ཇི་ལྟར་སྟོན་པས་སྤྱལ་པ་ནི། ཞེས་བྱ་བ་  
 ལ་སོགས་པ་ནས། དྲི་ཟེའི་གོང་བྱིར་ལྟ་བུ་དང་། སྒྲིག་རྒྱ་མི་ལམ་འདྲ་  
 བ་ཡིན། ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་བཀྲལ་བ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་བ་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ་ལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱེ་བ་  
 རྟེན་འབྲེལ་དུ་བསྟན་པ་དངོས་དང་། རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་ཕན་ཡོན་གཉིས་ཀྱི་  
 དང་པོ་ནི།

འདིར་སྐྱེས་པ། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་དང་གཞན་དང་གཉི་ག་  
 དང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་སྟོགས་གཉི་གར་ཡང་བཀག་ནས། མ་རིག་  
 པ་དང་འདུ་བྱེད་དང་ས་བོན་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་རྣམ་པར་ཤེས་  
 པ་དང་རྒྱ་གུ་ལ་སོགས་པ་ཀུན་རྫོབ་དུ་སྐྱེ་བ་དེ་ཅི་ལྟར་ངེས་པར་བྱ།  
 དེ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།



གང་ཕྱིར་རྒྱ་མེད་པ་དང་དབང་ཕྱག་གི།

རྒྱ་ལ་སོགས་དང་བདག་གཞན་གཉི་ག་ལས།།

དངོས་རྣམས་སྐྱེ་བར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ།།

དེ་ཕྱིར་བརྟེན་ནས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བར་འབྱུང་།། ༡༡༤

གང་གི་ཕྱིར་ངི་སྐྱད་བཤད་པའི་ཚུལ་གྱིས་དངོས་པོ་རྣམས་གྱི་  
སྐྱེ་བ་ངོ་པོ་ཉིད་ལས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ལ། དབང་ཕྱག་དང་།  
རུས་དང་། རུལ་དང་། རང་བཞིན་དང་། སྐྱེས་བུ་དང་། སྲིད་མེད་གྱི་  
བུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལས་ཀྱང་མ་ཡིན་ཞིང་། བདག་དང་གཞན་  
དང་གཉིས་ཀ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། འདི་ལ་བརྟེན་  
ནས་འདི་འབྱུང་བ་ཞིག་སྟེ། དེ་ཅམ་ཞིག་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་མི་  
བཅད་པའི་དོན་རུ་བརྟེན་རྟོ།།

ངི་སྐྱད་རུ། བཅོམ་ལུན་འདས་གྱིས་དེ་ལ་ཆོས་གྱི་བརྒྱ་ནི་འདི་  
ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འདི་ཡོད་ན་འདི་འབྱུང་། འདི་སྐྱེས་པས་འདི་སྐྱེ་  
སྟེ། གང་འདི་མ་རིག་པའི་རྐྱེན་གྱིས་འདུ་བྱེད་རྣམས། ཞེས་བུ་བ་ལ་  
སོགས་པ་གསུངས་སོ། །དེ་བཞིན་རུ།

འདི་ཡོད་པས་ན་འདི་འབྱུང་དཔེར། །རིང་པོ་ཡོད་ན་སྤང་རུ་  
བཞིན། །འདི་སྐྱེས་པས་ན་འདི་སྐྱེ་དཔེར། །མར་མི་འབྱུང་བས་འོད་  
བཞིན་ནོ། །ཞེས་བུ་བ་དང་། བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་།

བྱེད་པོ་ལས་ལ་བརྟེན་བྱས་ཤིང་། །ལས་ཀྱང་བྱེད་པོ་དེ་ཉིད་ལ། །  
བརྟེན་ནས་འབྱུང་བ་མ་གཏོགས་པ། །ཀྱུ་བ་པའི་རྒྱ་ནི་མ་མཐོང་ངོ་། །

དེ་བཞིན་ཉེར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། །ལས་དང་བྱེད་པོ་བསལ་ཕྱིར་རོ། །  
བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དག་གིས། །དངོས་པོ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱ། །ཞེས་  
བྱ་བ་འདི་ཙམ་ཞིག་ཁོ་ན་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྟེན་འབྲེལ་རྟོགས་པའི་པན་ཡོན་ལ། ། ལྷ་བ་ངན་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་  
གཉེན་པོ་བྱེད་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་གཉིས་ཀྱི། །དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་རྟེན་ཉིད་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་ང་  
བཤད་པ་ན། །རྒྱ་མེད་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པ་འདི་དག་  
མི་སྲིད་པ་འགའ་ཞིག་རྩ་མ་བཟད་ཀྱི། །རྟག་པ་དང་ཆད་པ་དང་རྟག་  
པ་དང་མི་རྟག་པ་དང་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་གཉིས་ལ་  
སོགས་པ་རྟོགས་པ་གཞན་དག་ཀྱང་མི་སྲིད་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་དངོས་པོ་བཞེན་ནས་རབ་འབྱུང་བས། །

རྟོག་པ་འདི་དག་བརྟག་པར་མི་བྱས་པ། །

དེ་ཕྱིར་རྟེན་འབྱུང་རིགས་པ་འདི་ཡིས་ནི། །

ལྷ་ངན་དྲ་བ་མཐའ་དག་གཙོད་པར་བྱེད། །༡༡༥

གང་གི་ཕྱིར་འདི་ལ་བཞེན་ནས་འདི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བའི་  
རིགས་པས་འདི་ཙམ་ཞིག་གིས་དངོས་པོ་ཀྱན་རྫོབ་པ་ནམས་ཀྱིས་  
བདག་གི་དངོས་པོ་ཡོད་པ་འཛོལ་གྱི་གཞན་རྩ་མ་ཡོན་པ་དེའི་ཕྱིར་  
རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྟེན་ཉིད་འདི་པ་ཙམ་གྱི་རིགས་པ་  
འདིས་ངེ་སྐད་བཤད་པའི་ལྷ་བ་ངན་པའི་དྲ་བ་མཐའ་དག་གཙོད་པ་

ཡིན་ནོ།།

འདི་ལྟར་རྒྱན་ཉིད་འདི་པ་ཙམ་ཞིག་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་  
བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་འཛོག་པས་ནི་དངོས་པོ་འགའ་ཡང་རང་  
བཞིན་ཁས་མི་སྤངས་ཏེ། འདི་སྐད་དུ།

དེ་དང་དེ་རྟེན་གང་འབྱུང་བ། །རང་གི་ངོ་བོར་དེ་མ་སྐྱེས། །རང་  
གི་ངོ་བོར་མ་སྐྱེས་གང་། །དེས་ནི་སྐྱེས་ཞེས་ངེས་སྐད་བྱ། །ཞེས་བྱ་བ་  
དང་། དེ་བཞིན་དུ།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །དེ་ནི་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་  
བཤད། །དེ་ནི་རྒྱུར་བཅས་གདགས་པ་སྟེ། །དེ་ཉིད་དབུ་མའི་ལམ་ཡིན་  
ནོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མདོ་སྡེ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་རྒྱན་ལས་སྐྱེས་པ་དེ་མ་སྐྱེས། །དེ་ལ་  
སྐྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །རྒྱན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་  
བཤད། །གང་ཞིག་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི།

གང་གི་ཆོ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་ཁས་མི་སྤངས་པ་དེའི་ཆོ་རང་  
བཞིན་མེད་པ་ན་ངེས་སྐད་བཤད་པ་རྣམས་གང་ཞིག་དུ་འབྱུང་བར་  
འགྱུར། གལ་ཏེ་རང་བཞིན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི། དེ་ཡི་ཆོ་སྐྱེ་བའང་  
ངོ་བོ་ཉིད་ལས་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའམ། བདག་དང་གཞན་དང་  
གཉི་ག་དང་དབང་ཕྱག་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱེས་  
ཟེན་པ་གནས་པས་རྟག་པ་དང་། འཇིག་པས་ཆད་པ་ལ་སོགས་པ་

རྟོགས་པ་འབྱུང་བ་སྤྱིད་པ་ཞིག་ན། རྣམ་པ་གཞན་དུ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

རྟོག་རྣམས་དངོས་པོ་ཡོད་ན་འགྱུར་བ་སྟེ། །

དངོས་པོ་ནི་ལྟར་ཅིང་པར་ཡོངས་དབྱུང་བྱིན། །

དངོས་པོ་ཅིང་པར་འདི་རྣམས་མི་འབྱུང་དཔེར། །

བྱུང་གིས་ཅིང་པར་ཅི་ཡོད་ཅིན་དེ་བཞིན། །༡༡༥

གང་གི་སྤྱིར་ངི་སྤྱིར་བཤད་པའི་རིགས་པས་དངོས་པོ་སྤྱིད་པ་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར། རྣམ་འབྱོར་  
པ་འཕགས་པའི་ལམ་མངོན་དུ་མཛད་པར་གྱུར་པས་མ་གཟིགས་  
པའི་ཚུལ་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གཟིགས་པ་དག་གིས་ཆོས་གང་ལ་ཡང་  
དངོས་པོ་རྣམ་ཅམ་ཡང་མི་དམིགས་ཤིང་། གཟུགས་དང་ཆོར་བ་  
དང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་དངོས་པོ་དང་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རྟོག་པ་འདུ་བྱེད་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གོམས་པ་རྣམས་  
ཀྱང་དེ་དག་ལས་ལོག་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་མིག་སྟོན་བསྐྱུས་པས་  
སྤྱི་ཤད་ལ་སོགས་པར་རྟོག་པ་ལོག་པ་ཉིད་རབ་རིབ་ཅན་ལ་འབྲས་  
བུར་འགྱུར་གྱི་སྤྱི་ཤད་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གཞན་གྱི་ཡུལ་ཉིད་དུ་  
འགྱུར་བ་ནི་མ་ཡིན་པ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རིགས་པས་རྣམ་པར་དབྱུང་པའི་དགོས་པ་བཤད་པ་ལ། རྣམ་དཔྱད་  
ཀྱི་འབྲས་བུ་དངོས་དང་། རྣམ་དཔྱད་མཛད་པའི་ཐུགས་རྗེའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བར་བསྟན་  
པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར།

ས་སའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ནི་རྟོག་པས་བཅིངས། །

མི་རྟོག་རྣམས་འབྱོར་བ་ནི་གྲོལ་འགྱུར་བས། །

རྟོག་རྣམས་ལོག་པར་གྱུར་བ་གང་ཡིན་ཏེ། །

རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་འབྲས་བྱར་མཁས་རྣམས་གསུང་། །<sup>177</sup>

གང་གི་ཕྱིར་ས་སའི་སྐྱེ་བོ་ཚས་ཉིད་འདི་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པ་  
རྣམས་རྟོག་པ་ཁོ་ནས་བཅིངས་པ་དེའི་ཕྱིར། ཚས་ཉིད་འདི་དེ་ལྟར་  
བྱགས་སུ་ཆུད་པ་ན་འཕགས་པ་རྣམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་ཏེ།  
དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་མ་ལུས་པ་བཀག་པ་ཉིད་སློབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་  
བསྟན་བཅོས་ལས་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དཔྱེད་པའི་འབྲས་བྱ་རྣམ་  
པར་གཞག་གོ། །<sup>178</sup>

དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་ན། །སྟོང་མཐོང་ཡོན་ཏན་ཅི་ཞིག་  
ཡོད། །རྟོག་པས་མཐོང་བ་འཆིང་བ་སྟེ། །དེ་ཉིད་འདིར་ནི་འགོག་པ་  
ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་དཔྱེད་མཛད་པའི་བྱགས་རྗེའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བར་བསྟན་པ་ལ།  
དངོས་དང་། ལྷན་ཀ་སྤང་བ་དང་། ཆགས་སྤང་སྤངས་ཏེ་རྣམ་པར་དཔྱེད་པར་རིགས་  
པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི།

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

བསྟན་བཅོས་ལས་དབུ་མ་རྩོད་པ་ཆགས་པའི་ཕྱིར། །

མ་མཁའ་ད་རྣམ་གྲོལ་ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། །

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་  
 རྣམ་པར་དབྱུང་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེར་མཛད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚྱུང་ལ་  
 ཆགས་པ་སྟེ། གཞན་ཟིལ་གྱིས་མནན་པར་འདོད་པས་མ་མཛད་དོ་  
 ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་དབྱུང་པ་མཛད་པ་ནི་དབུ་  
 མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་བསྟན་པ་ནི། སེམས་ཅན་གྱིས་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་ལྟ་བུ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་རྟོགས་ནས་ཐར་པར་  
 བྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་ཞེས་སྟེ་བོ་རྣམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལྷན་ཀ་སྤང་བ་ནི།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱིས་སྐོལ་བ་ཇི་ལྟར་བརྟགས་པ་ཐམས་ཅད་བཀོད་  
 ཅིང་བསྟན་བཅོས་ལས་བཀག་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་བསྟན་  
 བཅོས་ཀྱི་འཇུག་པ་ནི་ཚྱུང་པའི་ཕྱིར་ཡིན་པས་རྟོག་པ་ལྟོག་པ་ཙམ་  
 ཞིག་ཁོ་ན་འབྲས་བུར་ཅི་ལྟར་རྣམ་པར་གཞག་ཅེ་ན།

བཛྲོད་པར་བྱ་སྟེ། རྣམ་པར་དབྱུང་པ་འདི་ནི་ཚྱུང་པའི་ཕྱིར་  
 མཛད་པ་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉེ་བར་བསྟན་པ་  
 ན་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོབས་ཆུང་བས་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་  
 བདག་ཉིད་ཐེན་མི་འཇུགས་ཤིང་། སྤང་བ་ཉེ་བ་ན་ཐུན་པ་ལྟར་རང་  
 ཉིད་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་དེས་ན་ཁོ་བོ་ཅག་ལ་སྦྱོར་མེད་པ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་བཤད་པ།

གལ་ཏེ་དེ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་པ་ན། །

གཞན་གཞན་འདི་ག་པར་འགྱུར་ན་ཉེས་པ་མེད། ༡༡༥

ཇི་སྐད་དུ། ཆོས་འདི་དེ་བཞིན་གཤེགས་ནམས་ཀྱིས། རྩོད་པ་  
མཛད་ཕྱིར་གསུངས་མ་ཡིན། །འོན་ཀྱང་མེ་ཡིས་བྱད་ཤིང་ལྟར། །འདི་  
ཡིས་པས་ཀྱི་རྟོག་པ་སྟེག། ཅེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ཆགས་སྒང་སྒངས་ཏེ་ནམ་པར་དཔྱད་རིགས་པ་ནི།

གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩོད་པའི་ཕྱིར་ཆོས་ཏེ་བར་བསྟན་པར་  
གྱུར་ན་ནི། དེའི་ཆེ་ཐེ་ཆོས་མེད་པར་གཞན་གྱི་སྟོགས་སྟོན་དང་ལྡན་  
པ་ལ་སྒང་ཞིང་རིགས་པ་དང་ལྡན་པའི་རང་གི་སྟོགས་ལ་རྗེས་སུ་  
ཆགས་པར་འགྱུར་བས་རྟོག་པ་ལྟོག་པ་ཉིད་མི་སྲིད་དོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་  
ན། འདི་ལྟར།

རང་གི་ལྟ་ལ་ཆགས་དང་དེ་བཞིན་དུ། །

གཞན་གྱི་ལྟ་ལ་འབྲུག་གང་རྟོག་པ་ཉིད། །

དེའི་ཕྱིར་རྟོག་པ་མ་ལོག་པས་བཅིངས་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་གྱི། ཐར་  
པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །གང་གི་ཆེ་ཆོས་འདི་རྩོད་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པ་མ་  
ཡིན་པ་དེའི་ཆོ།

དེའི་ཕྱིར་འདོད་ཆགས་ཁོང་ཁྲོ་ནམ་བསལ་ཏེ། །

ནམ་དཔྱད་པ་ནི་ལྱུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། ༡༡༦

ཇི་སྐད་དུ།

རྩོད་མེད་ཆེ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །དེ་དག་ལ་ནི་སྟོགས་མེད་དོ། །  
གང་ནམས་ལ་ནི་སྟོགས་མེད་པ། །དེ་ལ་གཞན་སྟོགས་ག་ལ་ཡོད། །

ཅེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

རང་གི་སྟོགས་ལ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། །གཞན་སྟོགས་ལ་བྱོད་མི་  
དགའ་ན། །ཕྱ་ངན་འདས་པར་མི་འགོ་སྟེ། །གཉིས་སྟོང་ཞི་བར་ཡོད་  
མི་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

མདོ་སྡེ་ལས་ཀྱང་། གང་ཞིག་ཆོས་འདི་ཐོས་ནས་ཆགས་བྱེད་ཅིང་། །  
ཆོས་མ་ཡིན་པ་ཐོས་ནས་ཁོང་སྟོབྱེད། །ང་རྒྱལ་རྒྱགས་པས་བཅོམ་  
པས་ལོག་པ་སྟེ། །ང་རྒྱལ་དབང་གིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེས་སུ་སྟོང་། །ཞེས་  
གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་བཤད་པ་ལ་གསུམ། །གང་ཟག་གི་བདག་  
དགག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དང་། དེ་དགག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད། །བཀག་  
ནས་གང་ཟག་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་བསྟན་པའོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ལུང་དང་རིགས་པ་དག་གིས་ཆོས་ཀྱི་བདག་  
མེད་པ་བསྟན་ནས། དེའི་ལོག་དུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་བསྟན་  
པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

ཉོན་མོངས་སྟོན་ནམས་མ་ལྟས་འདི་ག་ཆོགས་ལ། །

ལྷ་ལས་བྱང་བར་སྒོ་ཡིས་མཐོང་བྱུང་ཅིང་། །

བདག་ནི་འདི་ཡི་ཡུལ་དུ་ཉོན་པ་བྱས་ནས། །

རྣམ་འབྱོར་པ་ཡིས་བདག་ནི་འགོག་པར་བྱེད། །༡༣༠

དེ་ལ་འཇིག་ཆོགས་ལ་ལྷ་བ་ནི་ང་དང་ངའི་སྟམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
རྣམ་པར་ཁྱགས་པ་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་པ་ཅན་ནོ། །དེ་ལས་བྱང་



བས་ན་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བ་ལས་བྱུང་བའོ། །

དེ་དག་ཀྱང་གང་དག་གཅིག་ཅེ་ན། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་དང་  
 གློན་རྣམས་སོ། །དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་རྣམས་སོ། །གློན་རྣམས་ནི་སྐྱེ་བ་དང་། ཁ་བ་དང་། བ་བ་  
 དང་། འཆི་བ་དང་། ཟུང་ན་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། དེ་དག་ནི་མ་ལུས་  
 པར་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བ་ལས་འབྱུང་སྟེ། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་  
 ནི་མདོ་ལས། འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་རྩ་བ་ཅན་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་  
 བའི་རྒྱ་ཅན། འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་ཀྱན་འབྱུང་བ་ཅན་དག་གོ། ཞེས་  
 འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་རྒྱ་ཅན་ཉིད་དུ་གསུངས་ལ། འཇིག་ཚླགས་ལ་  
 ལྟ་བ་མ་སྤངས་པ་རྣམས་ལ་འདུ་བྱེད་མདོན་པར་འགྱུབ་པའི་ཕྱིར་  
 དང་། སྐྱེ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ན། མ་ལུས་པ་  
 འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་རྒྱ་ཅན་ཡིན་ནོ། །དེའི་དམིགས་པ་ནི་བདག་  
 ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ། ངར་འཇིན་པ་ནི་བདག་གི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
 རོ། །འདི་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དང་གློན་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་བར་  
 འདོད་པས་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བ་ཁོ་ན་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ལ།

དེ་ཡང་བདག་གིས་བདག་མེད་པ་ཉིད་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ལས་སྤྱོད་  
 བར་འགྱུར་བས་ཐོག་མར་རྣལ་འབྱོར་པས་བདག་ཁོ་ན་འགོག་པར་  
 བྱེད་དོ། །དེ་བཞག་པ་ལས་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བ་ཡང་སྤངས་པར་  
 ཀྱུར་ན་ཉོན་མོངས་པ་དང་། གློན་མ་ལུས་པར་སྤྱོག་པས་ན་བདག་  
 རྣམ་པར་དབྱེད་པ་ན་ཐར་པ་སྐྱབ་པའི་ཐབས་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་གང་

ཞིག་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྷ་བའི་དམིགས་པར་གྱུར་པ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་  
འདི་ཅི་ཞིག་ཅེས་ནས་འཕྱོར་པ་དེ་ཐོག་མར་བདག་ཁོ་ན་ནམ་པར་  
དཔྱད་པར་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ་དེ་དགག་པའི་རིགས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། སྤང་པོ་ལ་ནམ་པ་ལྷས་  
དབྱུང་དེ་བདག་དགག་པ་དང་། དེ་ཉིད་དང་གཞན་རྩ་བཅོཅ་རྩ་མེད་པའི་བདག་  
དགག་པ་དང་། བཀག་པས་མཚུག་བསྐྱབ་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། སྤང་པོ་ལས་དོན་  
གཞན་པའི་བདག་དགག་། སྤང་པོ་དང་ཐོ་པོ་གཅིག་པའི་བདག་དགག་། སྤང་པོ་དང་  
རྟེན་བརྟེན་པའི་བདག་དགག་། སྤང་པོ་དང་ལྷན་པའི་བདག་དགག་། བཀག་པའི་དོན་  
བསྐྱེམས་ཏེ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་ཉི་ཤུའི་གཉེན་པོར་འགྱུར་ཚུལ་དང་ལྟོ། ། དང་པོ་ལ།  
ཚླགས་སྤྲུལ་བཅོཅ་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྷ་བའི་དམིགས་པ་བདག་དེ་ཅི་ཞིག་ཅེས་དེ་  
ཉིད་མི་ཤེས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ལ་རེ་ཞིག་།

ཟ་པོ་རྟག་དངོས་བྱེད་པོ་མིན་པའི་བདག་།

ཡོན་ཏན་བྱ་མེད་ཕྱ་སྟེགས་ནམས་གྱིས་བརྟགས། །

དེའི་དབྱེ་བྱུང་བྱུང་བྱུང་ལ་བརྟེན་ནས། །

ཕྱ་སྟེགས་ཅན་ནམས་ལྷགས་ནི་ཟ་དད་འགྱུར། ། ༡༡༡

དེ་ལ་གྲངས་ཅན་པ་དག་ནི།

རྩ་བའི་རང་བཞིན་ནམ་པར་འགྱུར་མིན་ལ། ། ཆེན་པོ་སོགས་  
བདུན་རང་བཞིན་ནམ་པར་འགྱུར་ཁིང་། ། བཅུ་དྲུག་པོ་ནི་ནམ་པར་འགྱུར་  
བ་སྟེ། ། རྩེས་བྱ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་ནམ་པར་འགྱུར་མིན། ། ཞེས་སྤྲུལ་བར་

བྱེད་དོ། །དེ་ལ་རབ་ཏུ་བྱེད་པས་ན་རང་བཞིན་ནོ། །གནས་སྐབས་གང་ཞིག་ཏུ་རབ་ཏུ་བྱེད་ཅེ་ན། རླུས་བྱའི་འདོད་པ་མཐོང་བའི་དུས་སུ་ལོ། །གང་གི་ཆོ་རླུས་བྱ་ལ་སྦྲ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་འདོད་པ་རླུས་པ་དེའི་ཆོ་རླུས་བྱའི་འདོད་པ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་རང་བཞིན་དང་རླུས་བྱ་སྦྱོར་ཞིང་དེ་ནས་སྦྲ་ལ་སོགས་པ་འབྲེན་པར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་ཚུལ་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་ལས་ནི་ཆེན་པོ་ལོ། །དེ་ལས་ར་རྒྱལ་ལོ། །དེ་ལས་བརྒྱ་དྲུག་པོའི་ཆོགས་སོ། །བརྒྱ་དྲུག་པོ་དེ་ལས་ཀྱང་འབྱུང་བ་ལྷ་ནི་ལྷ་ལས་ཉེ་སྦྲ་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་འབྱུང་བ་ལྷ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་རིམ་པ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་འགྱུར་མིན་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་གི་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་གྱི། ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་ལྟར་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡང་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ནི་རབ་ཏུ་བྱེད་པ་ཡང་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡང་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་བདུན་རང་བཞིན་རྣམ་འགྱུར་ཞིང་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་ཏེ། ཆེན་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་ཀྱང་རང་གི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ལ་ལྟོས་ནས་རང་བཞིན་ཡིན་ལ། རང་བཞིན་ལ་ལྟོས་ནས་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ནོ། །སྟོན་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་བརྒྱ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་བརྒྱ་དྲུག་པོ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་སྟེ་ཞེས་བྱ་བ་སྤྲས་སོ། །ནིའི་སྦྲ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་སྟེ་ཞེས་ངེས་པར་གཟུང་བའི་དོན་དུ་ལོ། །རླུས་བྱ་ནི་རབ་ཏུ་བྱེད་

པ་ཡང་མ་ཡིན་ལ་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲ་བ་ནི།  
སྒྲིལ་བྱ་རང་བཞིན་མ་ཡིན་རྣམ་འགྱུར་མིན། །ཞེས་བྱ་བའོ།

རིམ་པ་འདིས་རྣམ་པར་འགྱུར་བའི་ཚྷགས་ཐམས་ཅད་སྒྲིལ་  
པས་འདོད་པ་སྒྲིལ་བའི་སྒྲིལ་བྱ་ཉི་ཤེས་ཅུ་གཉིས་པ་པོར་ཇི་ལྟར་འགྱུར་བ་  
བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། རྣ་བ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོའི་དབང་པོ་ཡིད་ཀྱིས་བྱིན་  
ཀྱིས་བརྒྱབས་པ་དག་གིས་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་ཡུལ་སྒྲ་ལ་སོགས་པ་  
དག་ལ་སྒྲོས་ཞེན་པར་བྱེད་ལ། དེ་ནས་སྒྲོས་ཞེན་པར་བྱས་པའི་དོན་  
ལ་སྒྲིལ་བྱ་སེམས་པར་བྱེད་དེ། དེ་ལྟར་སྒྲིལ་བྱ་སེམས་པ་ཡོད་པའི་  
རང་གི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བདག་ཡུལ་དག་ཉི་ཤེས་ཡོངས་སྒྲོད་དོ་  
ཞེས་བརྗོད་དོ།

དེ་ལྟར་འདོད་པས་ཡུལ་ཉི་ཤེས་ཡོངས་སྒྲོད་ཅིང་། གང་གི་ཚེ་  
ཆགས་པ་ཆུང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲིལ་བྱ་ཡུལ་དག་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་  
བར་གྱུར་པ་དེའི་ཚེ་རིམ་གྱིས་བསམ་གཏན་བསྒྲོམས་ཤིང་ལྟའི་ཤེས་  
པ་ཡང་དག་པར་སྒྲུངས་པས་ལྟའི་མིག་གི་སྒྲོ་ནས་རང་བཞིན་ལ་ལྟ་  
བར་བྱེད་ལ་དེས་བལྟས་པ་དང་དེ་གཞན་གྱི་བྱུང་མེད་ལྟར་ངོ་ཚ་  
བར་གྱུར་པས་བདག་ལ་མི་ཁྱོད་ཞིང་བྲལ་བར་འགྱུར་རོ། །རྣམ་པར་  
འགྱུར་བའི་ཚྷགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲིལ་བའི་རིམ་པ་ལས་བརྒྱུག་པའི་  
སྒྲོ་ནས་དེ་ཉིད་རྩ་རབ་རྩ་ཞི་བའི་ཕྱིར་མི་གསལ་བའི་ངོ་བོར་གྱུར་  
པ་དེའི་ཚེ་སྒྲིལ་བྱ་ཉག་གཅིག་གནས་ཏེ་དེའི་ཕྱིར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱའོ། །  
དེ་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཞར་བྱིན་ཀྱང་ཞི་བར་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་

གྱིས་རྟག་རྒྱ་ཡན་གར་བའི་ངོ་བོས་གནས་པའི་ཕྱིར་རྟག་པར་ཞེས་བྱ་  
 བའོ། །རང་བཞིན་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་  
 རྣམས་ལས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ། བདག་ནི་བྱ་  
 བ་ལ་སྟོམ་ལས་ཅན་ཉིད་རྒྱ་ཁྱུར་པའི་ཕྱིར་ན་བྱེད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་  
 ཉིད་ཞེས་བརྗོད་དོ། །ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་པ་པོ་ཉིད་ནི་རི་རྒྱུད་སྤྲུལ་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་ཟིན་པ་ཉིད་དོ། །རྩལ་དང་། ལུན་པ་དང་། སྤྱིང་  
 སྟོབས་ཀྱི་རང་བཞིན་མེད་པའི་ཕྱིར་ན་ཡོན་ཏན་མེད་པ་ཉིད་དོ། །  
 བྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་བྱ་བ་མེད་པ་ཉིད་དེ། དེ་  
 ལྟ་བུ་ནི་སྤྱིས་བྱའི་བྱེད་པར་དག་གོ།

དེ་ལ་རང་བཞིན་ཉིད་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་ཞིང་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་  
 རྣམས་ལས་ཀྱང་ཁ་ཅིག་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ལ་ཞེས་གང་སྤྲུལ་  
 བ། རྣམ་པར་འགྱུར་བ་གང་དག་གཅིག་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཡིན་ལ།  
 གང་དག་གཅིག་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་མ་ཡིན་ཞེ་ན། འདི་ལ་བྱེ་བྲག་རྒྱ་  
 བཤད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རུང་ཟད་ཅིག་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རྩལ་  
 དང་། ལུན་པ་དང་། སྤྱིང་སྟོབས་གསུམ་ནི་ཡོན་ཏན་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་  
 རྩལ་ནི་གཡོ་བ་དང་འཇུག་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །ལུན་པ་ནི་སྤྱི་བ་  
 དང་གཡོགས་པའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །སྤྱིང་སྟོབས་ནི་ཡང་བ་དང་  
 རབ་རྒྱ་གསལ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་ལོ། །བདེ་བ་དང་། རྒྱུག་བསྐྱེད་བ་  
 དང་། གཏི་ལུག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་འདི་དག་ཁོ་ནའི་རྣམས་གངས་སོ། །འདི་  
 དག་ཆ་མཉམ་པའི་གནས་སྐབས་ནི་གཙོ་བོ་སྟེ། འདིར་ཡོན་ཏན་དག་

གཙུག་པོར་གྱུར་ཅིང་རབ་དྲུ་ཞི་བར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་དག་ནམ་  
 པར་མི་འགྱུར་བའི་གནས་སྐབས་ནི་རང་བཞིན་ཅན་ནོ། །རང་བཞིན་  
 ལས་ཆེན་པོ་སྟེ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྟོང་ཆུང་གྲངས་སོ། །ཆེན་པོ་  
 ལས་ནི་ང་རྒྱལ་ལོ། །དེ་ནི་ནམ་པ་གསུམ་སྟེ། རྣམ་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 སྟོང་སྟོང་པས་ཅན་དང་། ལྷན་པ་ཅན་ནོ། །དེ་ལ་ནམ་པར་འགྱུར་བའི་ང་  
 རྒྱལ་ལས་ནི་དེ་ཙམ་ལྟ་སྟེ། གཟུགས་དང་། སྐྱ་དང་། དྲི་དང་། རྩ་དང་།  
 རེག་པ་དག་གོ། །དེ་ཙམ་དག་ལས་ནི་འབྱུང་བ་རྣམས་ཏེ། ས་དང་། རྩ་  
 དང་། མི་དང་། རྩུང་དང་། རྣམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ་དག་གོ། །སྟོང་སྟོང་པས་  
 ཅན་གྱི་ང་རྒྱལ་ལས་ནི་ལས་ཀྱི་དབང་པོ་ལྟ་བུ་དག་དང་། ལག་པ་  
 དང་། ཀླང་པ་དང་། རྒྱབ་དང་། འདྲོམས་དང་། སྟོང་དབང་པོ་ལྟ་བུ་  
 མིག་དང་། རྩ་བ་དང་། རྩ་དང་། ལྟེ་དང་པགས་པ་དང་། གཉི་གའི་  
 བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཡིད་དེ། དེ་ལྟར་ན་བརྩུ་གཅིག་གོ། །ལྷན་པ་ཅན་གྱི་  
 ང་རྒྱལ་ནི་ང་རྒྱལ་གཉི་གའི་འཇུག་པར་བྱེད་པའོ། །

དེ་ལ་ཆེན་པོ་དང་། ང་རྒྱལ་དང་། དེ་ཙམ་ལྟ་ནི་རང་བཞིན་དང་  
 རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དབང་པོ་བརྩུ་དང་། ཡིད་དང་།  
 འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་རྣམས་ནི་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ལ།  
 རང་བཞིན་ནི་རྣམ་པར་མི་འགྱུར་བ་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 གཞུང་ལུགས་སོ། །

རྩི་ལྟར་གྲངས་ཅན་པ་དག་གིས་དེ་ལྟར་ཁས་སྐྱངས་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ། དེའི་དབྱེ་བ་རྩུང་ཟད་རྩུང་ཟད་ལ་བརྟེན་ནས་ལྟ་སྟེགས་ཅན་

ནམས་ཀྱི་ལྷགས་ཐ་དད་པར་འགྱུར་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། བྱེ་བྲག་པ་ནམས་  
ནི། སློ་དང་། བདེ་བ་དང་། སྦྱག་བསྐྱེལ་དང་། འདོད་པ་དང་། སྤང་  
བ་དང་། འབད་པ་དང་། ཆོས་དང་། ཆོས་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱ་བའི་  
ལྷགས་ཏེ། བདག་གི་ཡོན་ཏན་དགུ་སྟེ་བར་བྱེད་དོ། །

དེ་ལ་སློ་ནི་ཡུལ་འཛིན་པའོ། །བདེ་བ་ནི་འདོད་པའི་ཡུལ་ཉམས་  
སུ་ཕྱིར་བའོ། །སྦྱག་བསྐྱེལ་ནི་དེ་ལས་བསྐྱོག་པའོ། །འདོད་པ་ནི་འདོད་  
པར་འགྱུར་བའི་དངོས་པོ་ལ་རེ་བ་འཆའ་བའོ། །སྤང་བ་ནི་མི་འདོད་  
པའི་ཡུལ་ལ་རྒྱབ་ཀྱིས་སྦྱགས་པ་ཉིད་དོ། །འབད་པ་ནི་དོན་བསྐྱབ་  
པར་བྱ་བ་ལ་དེའི་མཐར་ཐུག་པར་སེམས་ཀྱི་མཁས་པ་ཉིད་དོ། །གང་  
ལས་མཛོན་པར་མཐོ་བ་དང་ངེས་པར་ལེགས་པར་འགྱུབ་པ་དེ་ནི་  
ཆོས་སོ། །དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ནི་ཆོས་མ་ཡིན་པའོ། །ཤེས་པ་ལས་སྦྱེས་  
ཤིང་ཤེས་པའི་རྒྱར་གྱུར་པ་ཉིད་ནི་འདུ་བྱ་བའི་ལྷགས་སོ། །བདག་གི་  
ཡོན་ཏན་དགུ་པོ་དེ་དག་རི་སྤིང་དུ་བདག་ལ་འདུ་ཤིང་ཡོད་པ་དེ་  
སྤིང་དུ་དེ་དག་གིས་སྦྱར་བའི་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བའི་ལས་སྦྱབ་  
པའི་ཕྱིར་འཁོར་བར་འགྱུར་ལ། གང་གི་ཆོ་སྦྱེས་བྱ་ཡང་དག་པར་  
རྟོགས་པའི་ཤེས་པས་སློ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་ནམས་ཙུ་བ་དང་  
བཅས་པར་གཙོད་པ་དེའི་ཆོ་རང་གི་བདག་ཉིད་ལ་གནས་ཤིང་ཐར་  
པར་འགྱུར་རོ། །

བདག་དེ་ཡང་རྟག་པ་དང་། བྱེད་པ་པོ་དང་། ཟ་བ་པོ་དང་། ཡོན་  
ཏན་དང་བཅས་པ་དང་། བྱབ་པའི་ཕྱིར་ན་བྱ་བ་མེད་པར་ཡང་སྟོལ། །

ཁ་ཅིག་དག་ནི་བསྐྱམ་པ་དང་། བརྒྱད་བ་ཉིད་ཀྱིས་བྱ་བ་དང་བཅས་  
པར་ཁས་ལེན་རྟོ། །

རིག་བྱེད་རུ་སྐྱ་བ་དག་ནི་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་ནམ་མཁའ་ལྟར་  
ལུང་ཐ་དད་པས་གཅིག་སྒྲ་ཚོགས་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པར་ཁས་ལེན་རྟོ། །དེ་ལྟར་བདག་གི་བྱང་པར་ཅུང་ཟད་ཅུང་ཟད་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཟུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་པན་ཚུན་ཐ་དད་པར་  
འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། བདག་གི་ངོ་མོ་དགག་། བྱང་པར་དགག་། སྤང་པོ་ལས་  
གཞན་རུ་མི་འཐད། ངར་འཛིན་གྱི་རྟེན་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་བཞིའི། དང་པོ་ནི།

ཟུ་སྟེགས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལྷགས་རེ་རེ་ལས་བདག་གང་  
ཞིག་སྐྱས་པ་དེ་ནི།

མོ་གཤམ་བྱ་ལྟར་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བྱིར། །

དེ་ལྟར་གྱུར་ལའི་བདག་ནི་ཡོད་མིན་ཞིང་། །

འདི་ནི་ངར་འཛིན་རྟེན་དུ་འད་མི་རིགས་ལ། །

འདི་ནི་ཀྱན་རྩོམ་བྱ་ཡང་ཡོད་མི་འདོད། །༡༣༩

ངར་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་སུ་དཔག་པ་དང་འགལ་བའི་བྱིར། ཇི་སྐད་  
སྐྱས་པའི་བདག་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། མ་སྐྱས་པའི་བྱིར་ཏེ་  
མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བཞིན་ནོ། །འདི་ནི་ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་རུ་ཡང་མི་  
ཅུང་སྟེ། མ་སྐྱས་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར་རོ། །འདི་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རུ་ཡོད་པ་  
ཉིད་དང་། ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཉིད་རུ་མི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་རུ་



མ་ཟད་ཀྱི་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཡང་འདི་གཉིས་ཆར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ།།

གཉིས་པ་བྱད་པར་དགག་པ་ནི།

འདི་ཡོད་པ་ཉིད་དང་ངར་འཛིན་པའི་རྟེན་ཉིད་ཏུ་མི་རིགས་  
པར་མ་ཟད་ཀྱི། གཞན་ཡང་།

གང་བྱིར་བསྟན་བཙོས་ལས་དེའི་བྱད། །

ཟྱ་ཉེགས་ནམས་ཀྱིས་གང་བསྟན་དེ་ཀྱན་ལ། །

རང་བྲགས་མ་སྐྱེས་གཏན་ཆིགས་ཀྱིས་གཞོད་པ། །

དེ་བྱིར་དེ་བྱད་ཀྱན་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན། །༡༣༩

དེ་ལ་བྲངས་ཅན་པའི་གཞུང་ལས་ནི་བདག་གི་བྱད་པར་རྟག་པ་  
དང་། བྱད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཟ་བ་པོ་དང་། ཡོན་ཏན་མེད་པ་  
དང་། བྱ་བ་མེད་པར་འདོད་དོ།།

དེ་ལ་བདག་རྟག་པ་མ་ཡིན་ཞིང་བྱད་པ་པོ་མ་ཡིན་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་པ་ནས་བྱ་བ་མེད་པའི་བར་ཏུ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་  
སྐྱེས་པའི་བྱིར་མོ་གཤམ་གྱི་བྱ་བ་ཞིན་ནོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་བདག་ནི་རྟག་  
པ་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་བྱད་པ་པོ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་  
ལ་སོགས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཉིད་ཀྱི་མ་སྐྱེས་པའི་བྱིར་མོ། །ཞེས་བྱེ་བྲག་  
པའི་གཞུང་ལ་ཡང་བརྗོད་པར་བྱའོ། །སྟོགས་འདིས་ནི་བདག་ཏུ་སྟོབ་  
ཐམས་ཅད་ཏུ་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏན་ཆིགས་དང་། མོ་གཤམ་གྱི་བྱའི་  
དཔེས་དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་དང་བྱད་པར་གསལ་བར་རིག་པ་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཕྱང་པོ་ལས་གཞན་དུ་མི་འཐད་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན།

དེ་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་ལས་གཞན་བདག་མེད་དེ། །

དེའི་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་བདག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
དག་མ་གཏོགས་པར་བདག་མ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་རོ། །གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་  
ལས་ཐ་དད་པར་ཡོད་པ་ནི། དེའི་ཆོ་སོ་སོར་གྱུབ་པར་བཟུང་བར་  
འགྱུར་བ་ཞིག་ན་དེ་ལྟར་ནི་མ་ཡིན་པས། དེའི་ཕྱིར་ཕྱང་པོ་ལས་  
གཞན་བདག་མེད་དེ།

ཕྱང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཛིན་མ་གྱུབ་ཕྱིར། །

ངེ་སྐད་དུ། བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལས། །གཞན་དུ་འཐད་པ་  
ཉིད་མ་ཡིན། །གལ་ཏེ་གཞན་ན་ལེན་མེད་པར། །བཟུང་ཡོད་རིགས་  
ན་བཟུང་དུ་མེད། །ཅེས་བྱ་བ་དང་།

དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། །ཕྱང་པོའི་མཆོན་  
ཉིད་མེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཞི་པ་ངར་འཛིན་གྱི་རྟེན་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་།  
རྒྱས་པར་བཤད་པ། གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

ཕྱང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་ཡོད་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་འབང་  
ཞིག་དུ་མ་བྟེན་གྱི། གཞན་ཡང་།

འཛིན་རྟེན་ངར་འཛིན་ལྟོ་ཡི་རྟེན་དུ་ཡང་། །

མི་འདོད་དེ་རིགས་མིན་པ་འད་བདག་ལྟའི་ཕྱིར། །༡༢༤

གང་དག་བདག་དེའི་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུར་མི་འཛིན་པ་དེ་དག་  
 གྲང་མངོན་པར་ཞེན་པའི་བྱང་པར་ལས་བདག་དང་བདག་གི་ཞེས་  
 བདག་ཏུ་ལྟ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་བདག་འདི་ཕུང་པོ་ལས་ཐ་  
 དད་པར་ངར་འཛིན་པའི་ཉེན་ཏུ་མི་རིགས་སོ། །

ཅི་སྟེ་གང་དག་ད་ལྟ་ཉག་པར་དང་མ་སྐྱེས་པ་ལ་སོགས་པས་  
 བྱང་པར་ཏུ་གྱུར་པ་དེ་མི་ཤེས་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་སྤར་གོམས་པའི་  
 དབང་གིས་དེའི་ཡུལ་ཅན་ངར་འཛིན་པའི་ལྟ་བུ་ཡོད་པར་གྱུར་རོ་  
 སྟུམ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཁ་ཅིག་དག་ཁོ་ན་ལ་དེ་དག་གིས་  
 བསྟན་བཅོས་ལ་གོམས་པར་བྱས་པ་ལས་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི།

གང་དག་ལ་སྤར་གོམས་པ་མེད་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་འདིར་ངར་  
 འཛིན་པ་འཇུག་པ་མཐོང་སྟེ། འདི་ལྟ་སྟེ།

གང་དག་ཏུ་ད་འགྲོར་བསྐྱེད་པ་མཐོང་སྟེ། གྱུར་པ། །

དེས་གྲང་མ་སྐྱེས་ཉག་འདི་མ་མཐོང་ལ། །

ངར་འཛིན་དེ་དག་ལ་ཡང་འཇུག་མཐོང་སྟེ། །

དེས་ན་ཕུང་པོ་ལས་གཞན་བདག་འགའ་ཡིན། །༡༣༥

སེམས་ཅན་གང་དག་བསྐྱེད་པ་གངས་སུ་ཟེན་གྲང་ད་ཏུང་ཏུ་  
 ཡང་ཏུང་འགྲོའི་སྟེ་གནས་ལས་བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་དག་གིས་  
 གྲང་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་མ་དམིགས་སོ། །གྲང་གི་སྤྱིར་ནི་དམུལ་

བ་ལ་སོགས་པར་སྐྱེས་པ་རྣམས་སྤྱད་པའོ། །རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བདག་  
མ་དམིགས་པ་དེ་དག་ལ་ཡང་ངར་འཛིན་པ་འཇུག་པར་མཐོང་ནས་  
ཤེས་རབ་ཅན་སུ་ཞིག་བདག་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ངར་འཛིན་པའི་ཉིན་  
དུ་ཞིན་པར་བྱེད། དེའི་སྤྱིར་སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྤང་པོ་དང་ངོ་པོ་གཅིག་པའི་བདག་དགག་པ་ལ། རྩོགས་སྡེ་མ་བཟོད་  
པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། འདོད་ཚུལ་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་  
པོ་ནི།

འདིར་རང་གི་སྡེ་པ་དག་ན་རེ།

སྤང་པོ་ལས་གཞན་བདག་གྲུབ་མེད་པའི་བྱིར། །

བདག་ལྟའི་དམིགས་པ་སྤང་པོ་ཁོ་ན་ལོ། །

གང་གི་སྤྱིར་ངི་སྤྱད་བཤད་པའི་རིགས་པས་སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་  
པའི་བདག་མ་གྲུབ་པ་དེའི་སྤྱིར། སྤང་པོ་དག་ལས་གཞན་པའི་བདག་  
གྲུབ་པ་མེད་པའི་སྤྱིར། འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བུའི་དམིགས་པ་ནི་སྤང་  
པོ་དག་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ། །དེའི་སྤྱིར་བདག་ནི་སྤང་པོ་ཅམ་ཁོ་ན་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །རྩོགས་འདི་ནི་རང་གི་སྡེ་པ་འཕགས་པ་མང་པོས་  
བཀྱར་བ་པ་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དབྱེ་བ་ནི།

དེ་ལས་ཀྱང་།

ཁ་ཅིག་བདག་ལྟའི་ཉིན་དུ་སྤང་པོ་ནི། །

ལྷ་ཆར་ཡང་འདོད་ཁ་ཅིག་སེམས་གཅིག་འདོད། །༡༣༤

ཁ་ཅིག་བདག་ནི་གཟུགས་དང་། ཚོར་བ་དང་། འདུ་ཤེས་དང་།  
འདུ་བྱེད་དང་། རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལྷན་པོ་ལྟ་ཆར་ཡང་  
འཇིག་ཚྭ་གས་ལ་ལྟ་བའི་དམིགས་པར་འདོད་ཅིང་། བདག་ཏུ་མདོན་  
པར་ཞེན་པ་འདི་ཡང་དེ་ལ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲུ་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགེ་སྤྲོད་དག་དགེ་སྤྲོད་རམ་  
བྲམ་ཟེ་གང་སུ་དག་ཅིག་བདག་གོ་སྟུམ་དུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་  
བ་དེ་དག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤྲོད་པོ་ལྟ་བོ་འདི་དག་སོ་ན་ལ་ཡང་  
དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་འོ། །

དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་དེ་དག་ལ་བྱིད་ཅག་གི་ལྟ་བ་འདི་ནི་འཇིག་པའི་  
བདག་ཉིད་ཅན་གྱི་ཚྭ་གས་པ་ལ་ཡིན་གྱི། བདག་གམ་བདག་གི་བ་  
ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསལ་བར་མཛད་པའི་སྤྲོད་དུ་བདག་དང་  
བདག་གི་བའི་རྣམ་པར་ཁྱེད་པའི་ལྟ་བ་ལ་འཇིག་ཚྭ་གས་ལ་ལྟ་བར་  
གསུངས་སོ་ཞེས་སྒྲུས་སོ། །

གཞན་དག་ནི་སེམས་ལ་བདག་གོ་ཞེས་འདོད་དེ།

བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་གྱི། །གཞན་ནི་སུ་ཞིག་མགོན་  
དུ་གྱུར། །བདག་ཉིད་ལེགས་པར་བྱལ་བས་ནི། །མཁས་པས་མཐོ་  
རིས་ཐོབ་པར་འགྱུར། །ཞེས་ཚྭ་གས་སུ་བཅད་པ་ལས། སེམས་ཉིད་ལ་  
བདག་གི་སྤྱིར་གསུངས་སོ། །

འདི་གང་ལས་ཤེ་ན། སྤྲོད་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་མེད་པའི་  
སྤྱིར་དང་། མདོ་གཞན་དག་ལས་ཀྱང་སེམས་འདུལ་བར་གསུངས་

པའི་ཕྱིར་ཏེ། སེམས་འདུལ་བ་ནི་ལེགས་པ་སྟེ། སེམས་སྤུལ་བས་ནི་  
བདེ་བ་འདྲེན། ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། དགག་པ་དངོས་དང་། བདག་ལྷ་མི་སྤྱོད་བར་ཐལ་  
བས་མཐུག་བསྐྱ་བ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ། གཞོད་བྱེད་བརྗོད། སྐབ་བྱེད་དགག། གང་  
ཟག་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། རིགས་པས་གཞོད། ལྷང་གིས་  
གཞོད། རྣལ་འབྱོར་པའི་མཐོང་བས་གཞོད་པ་དང་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། བདག་མང་  
པོ་སོགས་སུ་ཐལ་བ་དང་། ཆད་པ་སོགས་སུ་ཐལ་བ་དང་། མཐུག་བསྐྱ་བ་གསུམ་གྱི།  
དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་ངར་འཛིན་པའི་གཞི་སེམས་ལ་བདག་ཅེས་གདམས་སོ་  
ཞེས། །འདི་ལ་ལན་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་ཕྱང་ལོ་བདག་ན་དེ་ཕྱིར་དེ། །

མང་བས་བདག་དེ་དག་ཀྱང་མང་ལོར་འགྱུར། །

བདག་ནི་རྣམ་སྤྱུ་འགྱུར་ཞིང་དེར་ལྷ་བ། །

རྣམ་ལ་འབྱུག་པས་བྱིན་ཅི་ལོག་མི་འགྱུར། །༡༡༥

དེ་ལ་སྤང་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་སྤྱོད་པ་གང་གི་  
ཡིན་པ་དེའི་ལྷར་ན་སྤང་པོ་རྣམས་མང་བའི་ཕྱིར་བདག་ཀྱང་མང་  
པོར་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ལྷར་ན་སེམས་བདག་ཡིན་པ་དེའི་ལྷར་ན་  
ཡང་མིག་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་དབྱེ་བས་སམ། སྐད་  
ཅིག་རེ་རེ་ལ་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྐྱེ་བ་དང་འགག་པས་མང་བའི་ཕྱིར་  
བདག་ཀྱང་མང་པོར་འགྱུར་རོ། །

ཡང་ན་ངི་ལྟར་རིགས་པ་བཞིན་དུ་སྒྲིན་བཟོད་པར་བྱའོ། །དེ་  
 ལྟར་ཉེས་པ་འདི་ཡུང་པོ་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་བདག་དུ་སྒྲིབ་བ་ལ་  
 བཟོད་པར་བྱ་ཞིང་། འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ཉེས་པ་གཞན་ཡང་འདི་  
 ལ་འབབ་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་སྒྲིགས་གཉི་ག་ལ་ཡང་བཟོད་པར་བྱའོ། །  
 འཇིག་རྟེན་སྒྲེབ་ན་གང་ཟག་ཉག་གཅིག་སྒྲེའོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུང་  
 ལས་ན། བདག་ནི་མང་བ་དག་དུ་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །བདག་  
 ནི་རྣམས་སུ་འགྱུར་ཞིང་སྟེ། གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་རྣམས་འདས་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་དབྱེ་བ་ཐ་དད་པར་གྱུར་པ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་ཡུང་པོ་ཉིད་  
 དུ་བཟོད་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་རྣམས་ཁོ་ན་ལ་བདག་དུ་བསྐྱེད་པའི་  
 ཕྱིར་བདག་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་འགྱུར་ན། དག་སྒྲོང་དག་ལྷ་པོ་འདི་  
 རྣམས་ནི་མིང་ཅམ་ཐ་སྐྱད་ཅམ་བཏགས་པ་ཅམ་སྟེ། གང་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 འདས་པའི་དུས་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་དང་། རྣམ་མཁའ་དང་། རྒྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་དང་། གང་ཟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

ངི་ལྟར་ཡན་ལག་ཚྭ་གས་རྣམས་ལ། །བརྟེན་ནས་ཤིང་ཉར་བཟོད་  
 པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཡུང་པོ་རྣམས་བརྟེན་ནས། །ཀྱུན་རྫོབ་སེམས་ཅན་  
 ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལས་ན་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་བདག་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ན་ཡུང་པོ་  
 རྣམས་བདག་མ་ཡིན་ནོ། །

གཞན་ཡང་འཇིག་ཚྭ་གས་ལ་ལྟ་བ་རྣམས་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ན། སྒྲིན་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པའི་ཤེས་པ་ལྟར་སྒྲིན་ཅི་ལྟག་

ཉིད་དུ་མི་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བ་ཀྱན་དུ་འབྱུང་  
བ་སྤངས་པར་མི་འགྱུར་བའམ། སྟོན་པོ་དང་སེར་པོ་ལ་སོགས་པ་  
ཅམ་ལ་དམིགས་པའི་མིག་གི་ཤེས་པ་ལྟར་དེ་ལ་དམིགས་པའི་འདུན་  
པའི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པ་ཁོ་ནས་སྟོང་བར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་ཆད་པ་སོགས་སུ་ཐལ་བ་ལ། དངོས་དང་། ཉེས་སྟོང་གི་ལན་དགག་པ་  
གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་།

ཕྱ་དན་འདས་ཆེ་དེས་པར་བདག་ཆད་འགྱུར། །

ཕྱ་དན་འདས་སྟོན་སྒྲིག་ཅིག་དག་ལ་ནི། །

སྟེ་འཇིག་བྱེད་པོ་མེད་པས་དེ་འབྲས་མེད། །

གཞན་གྱིས་བསགས་ལས་གཞན་གྱིས་བྱ་བར་འགྱུར། །༡༣༤

གལ་ཏེ་བདག་སྤང་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་ན་ཕྱ་དན་ལས་  
འདས་པའི་ཆེ་སྤང་པོ་ལྟ་ཆར་ཡང་རྒྱན་འཆད་པས་བདག་ཆད་པར་  
འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཆད་པའི་མཐར་འཇིག་པས་མཐར་ལྟ་བར་ཐལ་  
བར་གྱུར་ཏེ། གང་གི་ཕྱིར་བྱེད་ཅག་གི་ནི་བདག་དང་བདག་གི་ངའི་  
ནམ་པ་ཅན་འཇིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བས་བདག་ཉིད་དུ་གང་བབྱུང་བ་  
དེ་ཉིད་ལ་རྟག་པ་དང་ཆད་པར་འཇིག་པས་མཐར་འཇིག་པར་ལྟ་  
བ་ནམ་པར་གཞག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་ནི་ཕྱ་དན་ལས་  
འདས་པའི་དུས་སུ་ཡང་རྒྱན་ཆད་པར་ཁས་སྤང་བར་མི་བྱ་སྟེ་མཐར་  
འཇིག་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །



དེའི་སྤྱིར་བདག་ནི་སྤང་པོའི་བདག་ཉིད་ཅན་མ་ཡིན་ནོ། །མྱ་  
 ངན་ལས་འདས་པར་ཁྱེད་པའི་སྤྲོ་རོལ་གྱི་སྐྱད་ཅིག་དག་ཏུ་རི་  
 ལྟར་སྤང་པོ་རྣམས་སྐྱད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་སྦྱེ་ཞིང་འཇིག་པ་དེ་བཞིན་དུ།  
 བདག་ཀྱང་སྦྱེ་ཞིང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ཏེ། བདག་སྤང་པོའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེའི་སྤྱིར་རི་ལྟར་ངའི་ལུས་འདི་བྱང་  
 བར་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་དེའི་ཆེ་དེའི་དུས་ན།  
 ང་རྒྱལ་པོ་ང་ལས་ལྷ་ཞེས་བྱ་བ་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་གསུང་  
 བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཆེ་བདག་ཀྱང་ལུས་ལྟར་ཞིག་པའི་སྤྱིར་དང་།  
 འདིར་གཞན་ཉིད་སྦྱེ་བར་ཁས་སྦྱངས་པའི་སྤྱིར་རོ། །བསྟན་བཅོས་  
 ལས་ཀྱང་།

ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་བདག་མ་ཡིན། །དེ་དག་འབྱུང་དང་འཇིག་པ་  
 ཡིན། ཉེ་བར་སྦྱང་བ་རི་ལྟ་བུར། ཉེ་བར་ལེན་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར། །  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། སྦྱེ་  
 དང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་སོ། སྦྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་  
 ཉིད་ཡོད་ན་ཡང་བྱེད་པ་པོ་བདག་མེད་པས་དེའི་འབྲས་བུ་མེད་པ་  
 ཉིད་དུ་འགྱུར་ཏེ། གལ་ཏེ་ལས་གང་གིས་བྱས་པ་དེ་མི་རྟག་པ་ཉིད་  
 དུ་འགྱུར་ན། དེའི་ཆེ་བྱེད་པ་པོ་མེད་པས་ལས་ལ་ཡང་རྟེན་མེད་པའི་  
 སྤྱིར་མེད་པས་ལས་རྣམས་འབྲས་བུ་དང་འབྲེལ་བ་མེད་པ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་སྐྱད་ཅིག་སྤྲོ་མས་བྱས་པའི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བུ་སྐྱད་ཅིག་སྤྱི་

མ་རྣམས་སུ་ཉེ་བར་ལོངས་སྤྱོད་ན། དེའི་ཆེ་གཞན་གྱིས་བསགས་པའི་  
ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་གཞན་གྱིས་ལོངས་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
གྱིས་བསགས་པའི་ལས་གཞན་གྱིས་བར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་བྱས་  
པ་ཆུད་ཟོས་པ་དང་མ་བྱས་པ་དང་ཕྱད་པར་འགྱུར་རོ། །

བསྟན་བཅོས་ལས་ཀྱང་། གལ་ཏེ་འདི་ནི་གཞན་གྱུར་ན། །དེ་མེད་  
པར་ཡང་འབྱུང་བར་འགྱུར། །དེ་བཞིན་དུ་ནི་གནས་འགྱུར་ཞིང་། །  
དེར་མ་གྱི་བར་སྐྱེ་བར་འགྱུར། །ཆད་དང་ལས་རྣམས་ཆུད་བར་དང་། །  
གཞན་གྱིས་བྱས་པའི་ལས་རྣམས་ནི། །གཞན་གྱིས་སོ་སོར་སྤྱོད་བ་  
དང་། །དེ་ལ་སོགས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེའི་ཕྱིར་སྤྱད་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །  
གཉིས་པ་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དགག་པ་ནི།  
འདིར་སྒྲས་པ། གལ་ཏེ་ཡང་སྐད་ཅིག་སྤྱི་དག་གཞན་ཡིན་མོད་  
ཀྱི། དེ་ལྟར་ན་ཡང་། ཆུད་འདི་གཅིག་སོ་ན་ཡིན་པས་སོ་སོ་ཅག་ལ་  
ཉེས་པ་འདི་མེད་དོ། །བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

དེ་ཉིད་དུ་ཆུད་ཡོད་ན་སྟོན་མེད་དེ། །

སྐར་རྣམས་དབྱེད་ཆེ་ཆུད་ལ་ཉེས་བཤད་བྱིན། །

བྱམས་པ་ཉེར་སྒྲས་ལ་བརྟེན་ཆོས་རྣམས་ནི། །ཞེས་བྱ་བ་དེར་རོ། །  
གལ་ཏེ་ལྟ་ལས་མི་གཞན་ན། །དེ་ལྟ་ན་ནི་མི་ཉག་འགྱུར། །གལ་ཏེ་  
ལྟ་མི་གཞན་ཡིན་ན། །ཆུད་ནི་འཐད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའང་ཡིན་ནོ། །

དེའི་མྱིར་དེ་ལྟར་ཕན་ཚུན་མཆན་ཉིད་ཐ་དད་པ་རྣམས་ལ་རྒྱད་  
གཅིག་རྒྱ་གཉོགས་པ་ཉིད་མི་རིགས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བ་ལྡོག་པ་མེད་དོ། །

གསུམ་པ་མཇུག་བསྟུ་བ་ནི།

དེའི་མྱིར་ཕྱང་པོ་རྣམས་བདག་ཉིད་མ་ཡིན་ཞིང་སེམས་ཀྱང་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྟན་པའི་མྱིར་བཤད་པ།

དེའི་མྱིར་ཕྱང་པོ་དང་སེམས་བདག་མི་རིགས། །

གཉིས་པ་ལྷང་གིས་གཞོད་པ་ནི།

རི་རྒྱུད་རྒྱ། བཤད་པའི་ཉེས་པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་ལས་ཕྱང་པོ་  
རྣམས་དང་སེམས་བདག་རྒྱ་མི་འཐད་པ་འབའ་ཞིག་རྒྱ་མ་བཟད་ཀྱི།  
འདི་ལས་ཀྱང་སྟེ།

འཇིག་རྟེན་མཐའ་ལྡན་ལ་སོགས་མེད་མྱིར་རོ། ། ༡༡༧

གང་གི་མྱིར་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྡན་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་  
མེད་པར་འདོན་པ་དེའི་མྱིར་ཕྱང་པོ་རྣམས་དང་སེམས་བདག་ཡིན་  
ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །

འདི་ནི་ལྷང་རྒྱ་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་བརྩ་བཞི་ནི་སྟེ་པ་ཐམས་  
ཅད་ཀྱིས་འདོན་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འཇིག་རྟེན་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་  
བ་དང་། འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྟག་ཀྱང་རྟག་ལ་  
མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དང་། རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་རྟག་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའོ། །འདི་དག་ནི་བརྟ་སྟངས་པར་བྱ་བ་

མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་ལུང་རུ་མ་  
བསྟན་པའི་དངོས་པོར་རྣམ་པར་གཞག་གོ།

དེ་ལྟར་བཀག་པ་དང་། དགོ་སྤྱོད་ཞིག་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་རྟག་  
གོ་ཞེས་བྱ་བར་འཇིན་ན། ཤར་གྱི་རི་བོའི་སྤེལ་པའི་གཞུང་ལས། འཇིག་  
རྟེན་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་བ་ཅན་དེ་ལ་ཡང་བསྐྱད་པའི་  
ལས་བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་བ་ཅན་དེ་  
ལ་ཡང་བསྐྱད་པའི་ལས་བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་རྟག་ཀྱང་རྟག་ལ་མི་རྟག་  
ཀྱང་མི་རྟག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་བ་ཅན་དེ་ལ་ཡང་བསྐྱད་  
པའི་ལས་བྱའོ། །འཇིག་རྟེན་རྟག་པ་ཡང་མ་ཡིན་མི་རྟག་པ་ཡང་མ་  
ཡིན་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་ལྷ་བ་ཅན་དེ་ལ་ཡང་བསྐྱད་པའི་ལས་བྱའོ་  
ཞེས་བྱ་བ་དེ་དང་མི་འགྲིག་པ་ཉིད་རུ་བཤད་དོ། །

དེ་ལྟར་ལུང་རུ་མ་བསྟན་པའི་དངོས་པོ་བཅུ་བཞི་ཆར་བཛྲོད་  
པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐྱུས་སུང་པོ་རྣམས་འཇིན་  
ན། དེའི་ཆོ་སུང་པོ་རྣམས་སྐྱེ་བ་དང་འཇིག་པ་ཉིད་ཀྱིས་མི་རྟག་པའི་  
ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་མི་རྟག་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་ཡང་ལུང་རུ་བསྟན་པར་  
འགྱུར་ལ། ཟུང་ན་ལས་འདས་པའི་འོག་རོལ་རུ་སུང་པོ་རྣམས་མེད་  
པས་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྷན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ལུང་བསྟན་པར་  
ཡང་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་རུ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་གོངས་པན་ཆད་  
ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་ལུང་བསྟན་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་  
ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དང་ལྷན་པ་ལ་སོགས་བཀག་པའི་ཕྱིར་སུང་

པོ་རྣམས་ཁོ་ན་བདག་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བར་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་རྣལ་འབྱོར་པའི་མཐོང་བས་གནོད་པ་ལ། བདག་མེད་མཐོང་བ་པ་ལ།  
ཡུང་པོ་མི་སྣང་བར་འགྱུར་བ་དང་། བདག་མེད་མཐོང་ཡང་ཉོན་མོངས་མི་སྣང་བར་  
ཐལ་བར་འགྱུར་བ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ལ། དངོས་དང་། གྲུག་ཀ་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་  
པོ་ནི།

གཞན་ཡང་།

ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་མེད་མཐོང་བ་ལ། །

དེ་ཆེ་དེས་ལར་དངོས་རྣམས་མེད་པར་འགྱུར། །

གལ་ཏེ་ཡུང་པོ་རྣམས་སམ་སེམས་བདག་ཡིན་ན། གང་གི་ཆོ་  
རྣལ་འབྱོར་པ་འདིས་བདེན་པ་མཐོང་བའི་རུས་སུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ནི་བདག་མེད་པའོ་ཞེས་བདག་མེད་པའི་རྣམ་པར་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་  
བདེན་པ་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་ཡུང་པོ་མེད་པར་མཐོང་བ་བདག་མེད་  
པར་མཐོང་བར་འགྱུར་ན། དེ་ལྟར་ནི་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་  
སྤྱིར་ཡུང་པོ་རྣམས་བདག་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་གྲུག་ཀ་སྤང་བ་ནི།

ཅི་སྟེ་གང་གི་ཆོ་ལས་དང་འབྲས་བུ་འབྲེལ་བའི་རུས་སུ་བདག་  
གི་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེའི་ཆོ་བདག་གཞན་མི་སྤྱིད་པའི་སྤྱིར། ཡུང་པོ་རྣམས་  
ཁོ་ན་ལ་འཇུག་པ་གང་གི་ཆོ་བདག་མེད་པར་མཐོང་བ་དེའི་ཆོ་ནི་  
གཞན་གྱིས་ཀྱན་བརྟགས་པ་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་ལ་འཇུག་  
སྟེ། དེའི་སྤྱིར་བདག་མེད་པར་མཐོང་བའི་རུས་སུ་ཡང་ནང་གི་བྱེད་

པའི་སྐྱེས་བུ་དང་བུལ་བ་འདྲ་བྱེད་ཅམ་མཐོང་བ་ལ་དངོས་པོ་རྣམས་  
མེད་པར་མཐོང་བར་ཐལ་བར་མི་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

རྟག་བདག་སྟོང་ན་དེ་ཆེ་དེ་ཡི་ཕྱིར།

ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་སམ་ཕྱད་པོ་བདག་མི་འགྱུར། ॥ ༡༡༠

གལ་ཏེ་ཡང་དངོས་པོ་རྣམས་མེད་པར་མཐོང་བར་ཐལ་བར་  
འགྱུར་བས་འཇིགས་ནས། བདག་གི་སྐྱས་བདག་རྟག་པ་ཉིད་ཡོངས་  
སུ་འཇོན་ཞིང་ཕྱད་པོ་རྣམས་སམ་སེམས་བདག་རུ་མི་འདོད་ན། དེ་  
ལྟ་ན་ནི་འོ་ན་སྟོགས་ཉམས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་སྟེ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་  
ཡུལ་ལ་འཇུག་པར་མི་འདོད་དེ། དེའི་ཕྱིར་སྟོན་མེད་དོ་སྟམ་ན། འདི་  
ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདིར་ནི་ནང་གི་བྱེད་པའི་སྐྱེས་བུ་བདག་  
ཡིན་ལ་གཞན་རུ་ནི་ཕྱད་པོ་རྣམས་ཡིན་ཅོ་ཞེས་འདོད་དགུར་སྟོང་  
པ་རིགས་པ་མེད་པར་འདི་གོ་ག་ལས་རྟེན་པ་ཡིན། མི་སྲིད་པའི་ཕྱིར་  
རོ་ཞེ་ན། ཕྱད་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་དེ་འཇུག་པ་སྲིད་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
ཅོ་ཞེས་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་གལ་ཏེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་བདག་  
མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདིར་བདག་གི་སྐྱ་ཕྱད་པོ་རྣམས་ལ་འཇུག་པར་  
མི་འདོད་ན་གཞན་རུ་ཡང་མི་འདོད་པར་བྱ་དགོས་སོ། །ཅི་སྟེ་གཞན་  
རུ་ཕྱད་པོ་ལ་འཇུག་པར་འདོད་ན་ནི་དེ་འདིར་ཡང་འདོད་པར་བྱ་  
དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བདག་མེད་མཐོང་ཡང་ཉོན་མོངས་མི་སྟོང་བར་ཐལ་བ་ནི།

གཞན་ཡང་།

ཁྱོད་ཀྱི་རྣལ་འབྱོར་བདག་ཅིན་མཐོང་བ་ཡི། །

གཟུགས་སོགས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །

གཟུགས་ལ་དམིགས་ནས་འབྲུག་བྱིར་འདོད་ཆགས་སོགས། །

སྐྱེ་འགྱུར་དེ་ཡི་ངོ་མོ་རྟགས་ཅིན་བྱིར། ། ༡༡༡

ཟེའུ་འབྲུ་ལ་ཁུ་བྱུག་ཡོད་ཅེས་ཏེ་དེ་ཙམ་གྱིས་ནི་ཟེ་འབྲུའི་མངར་  
པོ་ཉིད་མ་ཐུངས་བར་སྤྱས་ཀྱང་དེའི་མངར་པོ་ཉིད་དམིགས་པ་མ་  
ཡིན་ལ། དེ་ལ་ཁུ་བྱུག་ཅིན་ཅེས་ཏེ་རོ་ཐུངས་བཞིན་རུ་ཡང་མངར་བ་  
ཉིད་མ་དམིགས་པ་མ་ཡིན་ཞིང་དེར་གཏོགས་པའི་མངོན་པར་ཞིན་  
པ་སྤྱོད་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

དེ་བཞིན་རུ་འདིར་ཡང་གལ་ཏེ་རྣལ་འབྱོར་པས་གཟུགས་ལ་  
སོགས་པའི་ཆོས་རྣམས་རྟག་པའི་བདག་དང་བྲལ་བ་དེ་ལྟར་མཐོང་  
ན། དེའི་ཆེ་དེའི་རང་བཞིན་ཡོངས་སུ་མ་ཤེས་པས་དེ་ལ་ཅི་ཞིག་  
འབྱུང་བར་འགྱུར།

ཡང་ན་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་ངོ་པོ་དམིགས་  
པས་དེ་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་ན་ཡང་  
བདག་གི་དངོས་པོ་མེད་པ་ལ་ཅི་ཞིག་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། གང་  
གིས་ན་དེ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ལས་དེ་ཡུལ་དག་ལ་ཆགས་པ་  
ལ་སོགས་པ་རྣམས་སྤྱོད་བར་འགྱུར་བ་འགའ་ཡང་ནང་གི་བྱེད་པའི་  
སྐྱེས་བྱ་བ་དེ་བར་གྱུར་ཅིག །ཅེས་བདེ་བ་ཚུངས་བར་འགྱུར་བའི་ཡུལ་  
བསྟེན་པར་མི་བྱེད་ལ། དེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་པར་དོགས་པས་མི་འདོད་པའི་

ཡུལ་དང་ཕྱད་པ་སྤྱོད་བར་ཡང་མི་བྱེད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་གཟུགས་ལ་  
དམིགས་ནས་འཇུག་པའི་ཕྱིར་ན་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
སྦྱེ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་རང་གི་ངོ་བོ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་འདོད་ཆགས་  
ལ་སོགས་པ་སྤྱོད་བའི་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཕྱི་རོལ་པ་བཞིན་ནོ་སྟུང་  
རུ་བསམས་པའོ། །

གཉིས་པ་སྦྱབ་བྱེད་དགག་པ་ལ། ཟླགས་སྒྲ་མ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་  
གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ཅི་སྟེ་ཁོ་བོ་ཅག་ལྷང་ཚད་མར་བྱེད་པ་ལ་རྟོག་གེའི་ཚད་མས་  
གཞོད་པ་མ་ཡིན་ལ་ལྷང་གིས་སྤང་པོ་རྣམས་ཁོ་ན་བདག་ཉིད་རུ་  
སྟོན་པར་བྱེད་དེ། ཇི་སྐད་རུ། དག་སྤྱོད་དག་དག་སྤྱོད་ངམ་བྲམ་བྲེ་  
གང་སུ་དག་ཅིག་བདག་གོ་སྟུང་རུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་བ་དེ་  
དག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྟ་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་ཡང་དག་  
པར་རྗེས་སུ་བལྟའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་བཞིན་རུ་འདིར་  
ཡང་ཡིན་ནོ་སྟུང་ན།

གང་ཕྱིར་སྟོན་པས་ཕྱད་པོ་བདག་གོ་ཞེས། །

གསུངས་པ་དེ་ཕྱིར་ཕྱད་པོ་བདག་འདོད་ན། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། ལྷང་གི་དགོངས་པ་སྤང་པོ་བདག་མ་ཡིན། སྤང་པོ་  
བདག་ཡིན་ཀྱང་ཚོགས་པ་བདག་རུ་མི་རུང་། །ལེན་པོ་ཉེར་ལེན་རུ་མི་རིགས་པ་དང་  
གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་ནི་ཕྱད་ལས་གཞན་བདག་འགོག་པ་སྟེ། །



གཟུགས་བདག་མིན་མོགས་མདོ་གཞན་གསུངས་ཕྱིར་རོ། །༡༩༡

མདོ་འདིས་ནི་གང་ལས་སྤང་པོ་རྣམས་བདག་ཅེས་བྱ་བར་ཡིད་  
 ཆེས་པར་འགྱུར་བ་སྤང་པོ་རྣམས་བདག་ཉིད་ཏུ་གསལ་བར་བྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་དགོངས་  
 པ་ནི་སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་སྟོས་ནས་མུ་སྟེགས་ཅན་གྱི་  
 གཞུང་དགག་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་ཀུན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་  
 ལོག་པར་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ཡང་འདི་ནི་སྤང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན་པའི་བདག་འགོག་པ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དེ་ལྟར་ག་ལས་ངེས་ཤེ་ན། མདོ་གཞན་ལས་  
 གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་བཀག་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི།

ཅི་ལྟར་ཞེ་ན།

གང་ཕྱིར་གཟུགས་ཚོར་བདག་མིན་འདྲ་ཤེས་ཀྱང་། །

མ་ཡིན་འདྲ་བྱེད་རྣམས་མིན་རྣམ་ཤེས་ཀྱང་། །

མིན་པར་མདོ་གཞན་ལས་གསུངས་དེ་ཡི་ཕྱིར་། །

མདོར་བསྟན་ཕྱང་པོ་བདག་ཅེས་བཞེད་པ་མ་ཡིན། །༡༩༢

དེའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པའི་སྤང་པོ་ལྷ་པོ་འདི་དག་ཁོ་ན་ལ་  
 བདག་གོ་སྟམ་ཏུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་བསྟོའོ་ཞེས་བྱ་བའི་མདོ་འདི་

ལས་ཕྱང་པོ་ལས་ཐ་དད་པའི་བདག་བཀག་པ་ཁོ་ནར་ངེས་སོ། །གང་  
ལས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱང་བདག་ཉིད་ཡིན་པ་བཀག་ར་  
དེ་ལས་ནི་བརྟེན་ནས་གདགས་པའི་བདག་འཛིན་ཚོགས་ལ་ལྟ་བའི་  
ཡུལ་ཕྱང་པོའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་བཀག་གོ་ཞེས་བྱ་བར་རིག་པར་  
བྱ་སྟེ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སེམས་པའི་སྐབས་སུ་བབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གང་གི་ཕྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་མ་དམིགས་ན་དེའི་ཉེ་བར་ལེན་  
པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལ་ཡང་  
འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་འཐད་པ་ཉིད་དོ། །གང་གི་ཕྱིར་མདོ་  
གཞན་ལས་དེ་སྐད་དུ་གསུངས་པ་དེའི་ཕྱིར། སྤར་གྱི་མདོར་བསྟན་  
ཕྱང་པོ་བདག་ཅེས་བཞེད་མ་ཡིན།

གཉིས་པ་ཕྱང་པོ་བདག་ཡིན་ཀྱང་ཚོགས་པ་བདག་དུ་མི་རུང་བ་ལ། ཚོགས་པ་  
བདག་ཡིན་པ་དགག་ཞུར་ལ་དབྱིབས་བདག་ཡིན་པ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ།  
ཚོགས་པ་རྣམས་སུ་མ་བྱལ། དེའི་ཕྱིར་མགོན་སོགས་སུ་མི་རུང་། དེའི་ཉེས་སྤང་གི་ལན་  
གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་མདོ་སྡེ་བསྟན་པ་འདི་ནི་སྐབས་པའི་ཚུལ་དུ་ངེས་ཀྱང་  
ཕྱང་པོ་རྣམས་བདག་ཡིན་པ་ཉིད་དུ་སྟོན་པར་བྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར།

ཕྱང་པོ་བདག་ཅེས་བརྗོད་ཆེ་ཕྱང་རྣམས་ཀྱི། །

ཚོགས་པ་ཡིན་གྱི་ཕྱང་པོ་འདི་དེ་མོ་མིན། །

དཔེར་ན་ཤིང་རྣམས་ནི་ནགས་ཚལ་ལོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ན་ཤིང་གི་

ཚྲིགས་པ་ནགས་ཚལ་ཡིན་གྱི། ཤིང་རེ་རེ་དག་ལ་ཡང་ནགས་སུ་ཐལ་  
བར་འབྱུར་བའི་ཕྱིར། ཤིང་གི་ངོ་བོ་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། སུང་  
པོ་ཚྲིགས་པ་ཉིད་བདག་དུ་འབྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ཕྱིར་མགོན་པོ་གས་སུ་མི་རུང་བ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་ཚྲིགས་པ་ནི་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

མགོན་མིན་འདུལ་བ་འཕ་དཔང་པོ་ཉིད་ཀྱང་མིན། །

དེ་མེད་ཕྱིར་དེ་ཚྲིགས་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ༡༡༤

གང་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། ཇི་སྐད་དུ།

བདག་ཉིད་བདག་གི་མགོན་ཡིན་ཏེ། །བདག་ཉིད་བདག་གི་དགྲ་  
ཡང་ཡིན། །ལེགས་དང་ངན་པ་བྱས་པ་ལ། །བདག་ཉིད་བདག་གི་  
དཔང་པོ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལས་མགོན་ཉིད་དང་དཔང་པོ་ཉིད་དུ་  
གསུངས་ལ།

བདག་ཉིད་ལེགས་པར་དུལ་བས་ནི། །མཁས་པས་མཐོ་རིས་ཐོབ་  
པར་འབྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལས་འདུལ་བར་གསུངས་ནས། ཚྲིགས་  
པ་ཅམ་པོ་རྣམས་སུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་མགོན་ཉིད་དང་འདུལ་  
བའམ་དཔང་པོ་ཉིད་དུ་རིགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཚྲིགས་  
པ་བདག་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དེའི་ཉེས་སྤོང་གི་ལན་དགག་པ་ལ། དཔེ་དང་། རྟོག་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

ཇི་སྟེ་ཚྲིགས་པ་ཅན་ལས་ཐ་དད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར་འབྲས་བུ་ནི་  
ཚྲིགས་པ་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཡིན་པར་རྟོགས་པར་འབྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་

མགོན་ཉིད་དང་འདུལ་བ་དང་དཔང་པོ་ཉིད་རིགས་པར་འགྱུར་རོ་  
སྟུམ་ན། འདིར་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་ཉེས་པ་བཤད་ཟིན་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་།

དེ་ཆེ་དེ་ཡི་ཡན་ལག་ཚྭ་གས་གནས་ནམས། །

ཞིང་རྟ་ཉིད་འགྱུར་ཞིང་རྟ་དང་བདག་མཚུངས། །

མདོ་ལས་གྲང་། བདག་ཅེས་བྱ་བ་བརྟུང་གི་སེམས། །ཁྱོད་ནི་ལྟ་  
བར་གྱུར་པ་ཡིན། །འདུ་བྱེད་ཕུང་པོ་འདི་སྟོང་སྟེ། །འདི་ལ་སེམས་  
ཅན་ཡོད་མ་ཡིན། །རྩི་ལྟར་ཡན་ལག་ཚྭ་གས་ནམས་ལ། །བརྟེན་ནས་  
ཞིང་རྟ་བཟོད་པ་ལྟར། །དེ་བཞིན་ཕུང་པོ་ནམས་བརྟེན་ནས། །ཀྱན་  
ཚོབ་སེམས་ཅན་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་དོན་ནི།

དེ་ལྟར་ན།

མདོ་ལས་བྱང་པོ་བརྟེན་ནས་ཡིན་གསུངས་ལ། །

དེ་ཕྱིར་བྱང་པོ་འདུས་ཅམ་བདག་མ་ཡིན། །༡༡༥

གང་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་གང་བཏགས་པ་དེ་ནི་བཏགས་པ་  
ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཡན་ལག་ཚྭ་གས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་ཏེ། བརྟེན་ནས་  
བཏགས་པའི་ཕྱིར་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་བཞིན་ནོ། །

རྩི་ལྟར་འབྱུང་བ་དག་རྒྱུར་བྱས་ནས་འབྱུང་བ་ལས་གྱུར་པ་སྟོན་  
པོ་ལ་སོགས་པ་དང་མིག་ལ་སོགས་པ་བཏགས་མོད་ཀྱི། དེ་གཉིས་  
འབྱུང་བ་འདུས་པ་ཅམ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཕུང་

པོ་རྒྱུ་པ་ལྟ་ནས་བཏགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡང་ཕྱང་པོ་ཚྭ་གས་  
 བ་ཅམ་ཡིན་པར་མི་རུང་ངོ་། །བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་མ་ངེས་  
 བ་ཉིད་དོ་ཞེ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཚྭ་གས་པ་ཅམ་ཉིད་ཡིན་པར་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར་དང་། བཀལ་ཞིང་བཏགས་པ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཞར་ལ་དབྱིབས་བདག་ཡིན་པ་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཚྭ་གས་པ་ཅམ་ཉིད་ནི་ཤིང་རྟ་མ་  
 ཡིན་ཏེ། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན་གང་གི་ཆོ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 དབྱིབས་བྱུང་པར་ཅན་དང་ལྡན་པར་གྱུར་པ་དེའི་ཆོ་ཤིང་རྟའི་མིང་  
 རྟེན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་རུ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 བཀོད་པ་ཅམ་བདག་ཡིན་ནོ་སྟུམ་ན། དེ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །  
 ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དབྱིབས་ཞེ་ན་དེ་གཟུགས་ཅན་ལ་ཡོད་ཕྱིར། །

ཁྱོད་ལ་དེ་དག་ཉིད་བདག་ཅེས་འགྱུར་གྱི། །

ཞེས་སོགས་ཚྭ་གས་ནི་བདག་ཉིད་འགྱུར་མིན་ཏེ། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

གང་ཕྱིར་དེ་དག་ལ་དབྱིབས་ཡོད་མ་ཡིན། །༡༩༦

གཟུགས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་སྟུམ་རུ་བསམས་པའོ། །

གསུམ་པ་ལེན་པ་པོ་ཉེར་ལེན་རུ་མི་རིགས་པ་ལ། དངོས་དང་། བྱེད་པོ་མེད་པའི་  
 ལས་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་།

ལེན་པོ་རང་ཉིད་ལེན་གཅིག་རིགས་དངོས་མིན། །

ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།

དེ་ལྟ་ན་ལས་བྱེད་པོ་གཅིག་ཉིད་འགྱུར། །

འདིར་ཉེ་བར་ལེན་པར་བྱེད་པས་ན་ལེན་པོ་སྟེ་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་  
ལ་ཉེ་བར་སྤངས་པ་ན་ཉེ་བར་ལེན་པ་སྟེ་ལས་སོ། །འདིར་ཉེ་བར་  
ལེན་པ་པོ་ནི་བདག་ཡིན་ལ། ཉེ་བར་ལེན་པ་ནི་སྤང་པོ་ལྟ་ན་མས་  
ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་གལ་ཏེ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་པ་ཅུ་མ་ཞིག་བདག་  
ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཆེ་བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་ཏུ་འགྱུར་ན། འདི་ནི་  
འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། འབྱུང་བ་དང་རྒྱུ་བྱས་པའི་གཟུགས་དག་  
དང་བྱམ་པ་དང་རྩ་མཁན་དག་ཀྱང་གཅིག་ཉིད་ཏུ་ཐལ་བར་འགྱུར་  
བའི་ཕྱིར་རོ། །ཇི་སྐད་ཏུ།

བྱེད་ཤིང་གང་དེ་མེ་ཡིན་ན། བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་གཅིག་འགྱུར། །  
ཞེས་བྱ་བ་དང་།

མེ་དང་ཤིང་གི་བདག་དང་ནི། ཉེ་བར་སྤང་བའི་རིམ་པ་ཀུན། །  
བྱམ་སྒྲུལ་སོགས་དང་ལྟན་ཅིག་ཏུ། མ་ལུས་པར་ནི་ནམ་པར་བཤད། །  
ཅེས་གསུངས་སོ། །

འདིར་ཇི་ལྟར་མེ་དང་བྱེད་ཤིང་དག་གཅིག་ཉིད་ཏུ་མི་འདོད་པ་  
དེ་བཞིན་ཏུ། བདག་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་དག་ལ་ཡང་མི་འདོད་པར་

བྱ་དགོས་སོ། །

གཉིས་པ་བྱེད་པོ་མེད་པའི་ལས་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་གང་ཞིག་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་ཏུ་འགྱུར་བ་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་ནི་  
འགའ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དེ། འདི་ནི་ཉི་བར་ལེན་པ་འདུས་  
པ་ཅམ་ཞིག་ཏུ་ཟད་དོ་སྟམ་ཏུ་སེམས་ན། དེ་ཡང་མི་རིགས་པ་ཉིད་  
ཏུ་བཤད་པ།

བྱེད་པོ་མེད་ལས་ཡོད་སྟམ་སྟོ་ཡིན་ན། །

མ་ཡིན་གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ལས་མེད། །༡༩༥

དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་བྱེད་པ་པོ་མི་འདོད་ན་རྒྱ་མེད་  
པའི་ལས་ཀྱང་འདོད་པར་མི་བྱའོ། །བསྟན་བཅས་ལས་ཀྱང་།

དེ་བཞིན་ཉིར་ལེན་ཤེས་པར་བྱ། །ལས་དང་བྱེད་པོ་བསལ་སྱིར་  
རོ། །བྱེད་པ་པོ་དང་ལས་དག་གིས། །དངོས་པོ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱ། །  
ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདིར་དངོས་པོ་ལ་ལྷུ་འཁྱེད་ཀྱི་བྱས་ནས་ཉི་བར་ལེན་པས་ན་ཉི་  
བར་ལེན་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ལ། དངོས་པོ་ཡང་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་  
མེད་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པས། རང་གི་སྦྱབ་པར་བྱེད་པ་ཉི་བར་  
སྤང་བ་དང་ཉི་བར་ལེན་པ་པོ་ཉི་བར་འཇོག་པ་ཡིན་ལ། ཉི་བར་  
ལེན་པའི་སྒྲས་ནི་གྲིང་དང་ལྷུ་འཁྱེད་ཀྱི་ཕལ་ཆེར་རོ་ཞེས་བྱ་བས་ལས་ལ་  
ལྷུ་འཁྱེད་ཀྱི་བྱས་ནས་ཉི་བར་སྤང་བར་བྱ་བ་ལས་ཀྱང་བཟོད་པ་ཉིད་  
དོ། །དེའི་སྱིར་ངེ་ལྟར་བྱེད་པ་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་ལས་སུ་གདགས་པར་

བྱ་ལ། ལས་ལ་བརྟེན་ནས་ཀྱང་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཉེ་  
བར་སྤང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོར་གདགས་པར་བྱ་ལ།  
ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་དེ་ཉིད་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེ་བར་སྤང་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་དེ་ལྟར་ལེན་པས་གཞན་མ་ཡིན། །དེ་ནི་ཉེར་ལེན་ཉིད་ཀྱང་  
མིན། །བདག་ནི་ཉེ་བར་ལེན་མེད་མིན། །མེད་པ་ཉིད་དུ་འང་དེ་མ་  
ངས། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་པོ་མེད་པ་ན་ལས་  
ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཡང་གང་ལས་བྱེད་པ་པོ་ནི་མ་དམིགས་ཀྱི་ལས་ཀྱང་ཡོད་ལ་  
ནམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡང་ཡོད་དོ་ཞེས་བརྗོད་པ་དེ་ལས་ནི་བྱེད་པ་  
པོ་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པ་བཀག་པར་ཤེས་པར་བྱའི། །བརྟེན་ནས་  
གདགས་པར་བྱ་བ་ཐ་སྐྱད་ཀྱི་ཡན་ལག་དུ་གྱུར་པ་ཡང་བཀག་གོ་  
ཞེས་བྱ་བར་ནི་ཤེས་པར་མི་བྱའོ། །

དེ་སྐད་དུ་ཡང་། མ་རིག་པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བའི་གང་ཟག་  
འདི་ནི་བསོད་ནམས་མངོན་པར་འདུ་བྱ་བ་ཡང་མངོན་པར་འདུ་  
བྱེད་དོ། །ཞེས་ཀྱང་ཆེར་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་གང་ཟག་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

གང་ཕྱིར་བྱུང་བས་བདག་དེ་ས་ཀྱི་མེ། །

རྒྱང་དང་ནམ་ཤེས་ནམ་མཁའ་ཞེས་བྱ་བ། །

ཁམས་དྲག་དང་ནི་མིག་སྟོགས་རིག་བ་ཡི། །



ཉེན་ཁྲིམ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཉེར་བརྟེན་ཞིང་། ༡༡༩

མཉམས་དང་མཉམས་བྱུང་ཆོས་ནམས་ཉེར་བརྟེན་ནས། །

དེས་གསུངས་དེ་ཕྱིར་དེ་ནི་དེ་ནམས་དང་། །

དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ཆོག་ས་ཙམ་ཉིད་མིན་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་རང་འཛིན་སྒོ་དེ་ནམས་ལ་མིན། ༡༢༠

མདོ་སྡེ་ལས། རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་ཏུ་གང་ཟག་དེ་ནི་ཁམས་རྒྱལ་  
དང་། རེག་པའི་སྐྱེ་མཆེད་རྒྱལ་དང་། ཡིད་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་བཙོ་  
བརྒྱད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལ་ཁམས་རྒྱལ་ནི། ས་དང་། རྒྱ་དང་། རྒྱུད་དང་། རྣམ་པར་གཤམ་  
པ་དང་། རྣམ་མཁའ་སྟེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་བཏགས་  
སོ། །མིག་ལ་སོགས་པ་རེག་པའི་རྟེན་རྒྱལ་ནི་མིག་གི་འདུས་ཏེ་རེག་  
པའི་སྐྱེ་མཆེད་ནས་ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པའི་སྐྱེ་མཆེད་ཀྱི་བར་ཏུ་  
སྟེ། དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་བཏགས་སོ། །

ཡིད་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་བཙོ་བརྒྱད་ནི། གཟུགས་དང་། སྤྲ་དང་། རི་  
དང་། རོ་དང་། རེག་བྱ་དང་། ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་ཡིད་བདེ་བའི་  
ཉེ་བར་རྒྱ་བ་རྒྱལ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་ཡིད་མི་བདེ་བའི་ཉེ་བར་རྒྱ་  
བ་དང་། དེ་བཞིན་ཏུ་བཏང་སྟོམས་ཀྱི་ཉེ་བར་རྒྱ་བ་སྟེ། དེ་དག་ལ་  
བརྟེན་པ་དང་། སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བའི་ཆོས་རྣམས་ཉེ་བར་  
བརྟེན་ནས་བདག་ཏུ་གདགས་སོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཁམས་ལ་སོགས་པ་

དེ་རྒྱལ་ས་ཀྱི་སློ་ནས་བདག་ཏུ་གདགས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་གསུངས་པ་  
 དེའི་ཕྱིར་དེ་རྒྱལ་ས་དང་དེ་ཉིད་མ་ཡིན་ཏེ། གཞན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །དེ་ཚྭ་གས་པ་ཙམ་ཉིད་ཏུ་ཡང་རིགས་  
 པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གང་གི་ཕྱིར་རི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་དེ་རྒྱལ་ས་བདག་ཉིད་ཏུ་མི་  
 རུང་བ་དེའི་ཕྱིར་ན་ཚུལ་དེ་རྒྱལ་ས་ལ་ངར་འཛིན་པའི་སློ་མི་རིགས་  
 སོ། །གང་གི་ཚེ་དེ་ལྟར་སྤང་པོ་རྒྱལ་ས་ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ལ། སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པ་ཡང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ཉིད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས། རྒྱལ་འབྱུར་ངས་  
 བདག་མ་དམིགས་པ་ལས་བདག་གི་ཡང་སྟོང་པོ་དང་ལྡན་པ་མ་  
 ཡིན་པ་ཉིད་ཏུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་ཤིང་། འདུས་བྱས་མཐའ་དག་བསལ་  
 བས་ཉི་བར་ལེན་པ་མེད་པར་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་  
 ཕྱིར་རྒྱལ་ས་པར་དཔྱད་པ་འདི་ཆེས་མཛེས་སོ། །

གཉིས་པ་བདག་ལྟ་མི་སྟོང་བར་ཐལ་བས་མཁུག་བསྐྱ་བ་ལས། འབྲེལ་མེད་སྤང་  
 གཉེན་ཏུ་མི་རིགས་པ་དང་། དེ་དཔེའི་སློ་ནས་བསལ་བ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

ངར་འཛིན་པའི་ཡུལ་ནི་སྤང་པོ་རྒྱལ་ས་དང་སེམས་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་གང་གི་སྟུགས་ཡིན་པ་དེའི་ལྟར་ན་རི་སྐད་ཏུ་སྤང་པོ་རྒྱལ་ས་  
 འབྱུང་བ་དེ་སྐད་ཏུ་ངར་འཛིན་པ་འཁུག་པར་འགྱུར་ཏེ། བདག་ཏུ་  
 འཛིན་པའི་གཞི་དངོས་པོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བཤད་པ།

བདག་མེད་རྟོགས་ཆེ་རྟག་པའི་བདག་སྟོང་ཞིང་། །

འདི་ནི་ངར་འཇིན་ཆེན་དྲུག་མི་འདོད་པ། །

དེའི་བྱིར་བདག་ཅེད་མེས་པས་བདག་ལྟ་བ། །

དབྱིས་ཀྱང་འབྱིན་ཞེས་སྒྲ་བ་གིན་དྲུ་མཆར། །༡༩༠

གལ་ཏེ་བདག་རྟག་པ་དང་ངར་འཇིན་པའི་ཡུལ་ཡིན་ན་ནི། དེ་  
མེད་པས་ངར་འཇིན་པ་སྤྲོད་བར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། ངར་འཇིན་པའི་  
ཡུལ་ན་ནི་གཞན་ཡིན་ཞིང་གཞན་དངོས་པོ་མེད་པར་མཐོང་བ་ལས་  
ངར་འཇིན་པ་ལྟོག་གོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁྱེ་མ་མ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཛོམས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དཔེའི་སྒྲ་ནས་བསལ་བ་ནི།

ཕན་ཚུན་འབྲེལ་བ་མེད་པའི་དོན་འདི་ཉིད་དཔེའི་སྒྲ་ནས་  
གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

རང་བྱིམ་རྩིག་ཕྱག་སྐྱུལ་གནས་མཐོང་བཞིན་དུ། །

འདི་ན་སྤྲོད་ཆེན་ཅེད་ཅེས་དོགས་བསལ་ཏེ། །

སྐྱུལ་གྱི་འཇིགས་པ་འབྲེལ་བར་བྱེད་པ་ནི། །

ཁྱེ་མ་གཞན་གྱི་གནས་པོར་གྱུར་ཉིད་དོ། །༡༩༡

གང་ཞིག་འཇིགས་པའི་རྒྱུན་ཉར་བྱིན་ཀྱང་དེ་ལ་ཡོད་པའི་  
འཇིགས་པ་མ་མཐོང་ཞིང་ཕྱིར་འཆོས་པར་མི་བྱེད་པ་སྤྲོད་བ་ཉིད་  
ཀྱིས་བདག་ཉིད་འཇིགས་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མངོན་པར་བྱེད་པ་དེ་  
ནི་ཐེབས་པ་རྟོག་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན་སྐྱུལ་གྱིས་འཇིན་པར་འགྱུར་རོ། །  
གང་གི་ཕྱིར་སྤྲོད་པོ་ཆེ་མེད་པས་ནི་དེའི་སྐྱུལ་གྱིས་འཇིགས་པ་སེལ་  
བར་མི་རུས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཕུང་པོ་དག་དང་ནམ་པར་ཤེས་པ་

དག་ཏུ་སྤྱོད་བ་འདིའི་ལྟར་ན་ཡང་། རྟག་པའི་བདག་མེད་པས་སྤྱང་  
པོའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ངར་འཛིན་པ་བསལ་བར་མི་རུས་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་ངེས་  
པར་འདིའི་འཁོར་བ་པ་ཉིད་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་སྤྱང་པོ་དང་རྟེན་བརྟེན་པའི་བདག་དགག་པ་ནི།

དེའི་སྤྱིར་དེ་ལྟར་བདག་ནི་སྤྱང་པོའི་རང་བཞིན་ཅན་མ་ཡིན་ལ།  
སྤྱང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་  
སྤྱོད་པ་གཉིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་ནས་བདག་གི་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་  
རྟེན་དང་བརྟེན་པ་ཉིད་དུ་ཡང་མེད་པར་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ།

སྤྱང་པོ་བདག་ཡོད་མ་ཡིན་བདག་ལ་ཡང་། །

སྤྱང་པོ་དེ་རྣམས་ཡོད་མིན་གང་བྱིར་འདིར། །

གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་རྟོག་པ་འདིར་འགྱུར་ན། །

གཞན་ཉིད་དེ་མེད་དེ་བྱིར་འདི་རྟོགས་པ་ལོ། ། ༡༧༣

གཞན་ཉིད་ཡོད་ན་ནི་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་རིགས་  
པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན། ལམར་གཞོང་ན་ཞོ་ཡོད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ལྟ་  
བུའོ། །ལམར་གཞོང་དང་ཞོ་གཉིས་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་གཞན་ཉིད་ཡིན་  
པ་ན་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་དངོས་པོ་མཐོང་ངོ་། །སྤྱང་པོ་རྣམས་ནི་  
དེ་ལྟར་བདག་ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་ལ། བདག་གྱང་སྤྱང་པོ་རྣམས་  
ལས་ཐ་དད་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་ལ་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་  
དངོས་པོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་སྤྱང་པོ་དང་ལྟན་པའི་བདག་དགག་པ་ནི།

ཕུང་པོ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་ཀྱང་བདག་ལ་རི་ལྟར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
པ་དེ་ལྟར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

བདག་གི་གཟུགས་ལྷན་མི་འདོད་གང་ཕྱིར་བདག །

ཡོད་མིན་དེ་ཕྱིར་ལྷན་དོན་སྦྱོར་བ་མིད། །

གཞན་གི་གནས་ལྷན་གཞན་མིན་གཟུགས་ལྷན་ན། །

བདག་གི་གཟུགས་ལས་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་མིད། ། ༡༧༩

བདག་ཕུང་པོ་རྣམས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་ཡིན་པ་ནི་སྐར་  
བཀག་ཟིན་ལ། ལྷན་པའི་སྦྱོན་ཡང་ལྟ་སྦྱོན་གཟུགས་དང་ལྷན་ལྟ་ཞེས་  
བྱ་བ་དེ་ནི་ཐ་མི་དད་པ་ཉིད་ལ་དམིགས་ལ། བ་ལང་དང་ལྷན་ལྟ་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐ་དད་པ་ཡིན་ན། དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དེ་དག་ནི་  
གཟུགས་བདག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པས་བདག་གཟུགས་དང་ལྷན་ལྟ་  
ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་མི་སྲིད་དོ། །

ལྷ་པ་བཀག་པའི་དོན་བསྐྱེད་ཏེ་འཇིག་ལྟའི་མཐའ་ཉི་ཤུའི་གཉེན་པོར་འགྱུར་  
ཚུལ་ལ། འཇིག་ལྟའི་དམིགས་རྣམས་ལ་ལོག་པར་འཇུག་ཚུལ་གྱི་གུངས་བསྟན། དེ་ཡི་  
ཤེས་རྟོ་རྗེས་འཇོམས་ཚུལ་ལྱང་དང་སྦྱར་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་བཀག་ཟིན་པའི་སྦྱོགས་རྣམས་བསྐྱེད་ཏེ་བསྟན་པས་  
འཇིག་ཚོགས་ལ་ལྟ་བ་དམིགས་པ་དང་རྣམ་པ་ལོག་པ་ལ་འཇུག་  
པར་གུངས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

གཟུགས་བདག་མ་ཡིན་བདག་གི་གཟུགས་ལྷན་མིན། །

གཟུགས་ལ་བདག་མིད་བདག་ལ་འད་གཟུགས་ཡོད་མིན། །

དེ་ལྟར་རྣམ་པའི་རྒྱུ་ལྷན་གྱིས་བྱ་ཉེ། །

དེ་དག་བདག་ཏུ་ལྟ་བུ་ཉི་ཤུར་འདོད། ། ༡༩༩

ཡུང་པོ་ལྷ་པོ་བདག་དང་བྲལ་བ་དག་ལ་འཇིག་ཚྭ་ལ་ལྟ་  
བས་རྣམ་པ་བཞི་ལྟོ་ནས་བདག་ཉིད་བཟུང་བ་ན་འཇིག་ཚྭ་ལ་ལྟ་  
ལྟ་བའི་ཆ་ཉི་ཤུར་འགྱུར་རོ། །

གལ་ཏེ་རྣམ་པར་དཔྱད་པ་རྣམ་པ་ལྷ་ལ་སྐབས་སུ་བབ་ལ། བསྟན་  
བཅོས་ལས་ཀྱང་།

ཡུང་མིན་ཡུང་པོ་ལས་གཞན་མིན། །དེ་ལ་ཡུང་མེད་དེར་དེ་  
མེད། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡུང་ལྟན་མིན། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་  
གང་ཞིག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ཆ་ལྟར་  
འགྱུར་ན། ཆ་ཉི་ཤུར་ངེས་པ་བཟོད་ཅེ་ན། འཇིག་ཚྭ་ལ་ལྟ་བའི་ཆ་  
དེ་དག་ནི་མདོ་སྡེ་ལས་རྣམ་པར་གཞན་ལ་དེས་ཀྱང་ཡུང་པོ་རྣམས་  
མ་བཟུང་བར་བདག་ཏུ་མདོན་པར་ཞེན་པར་མི་རུས་པས་རྣམ་པ་  
བཞི་ལྟོ་ནས་ཡུང་པོ་རྣམས་ལ་དམིགས་ཤིང་འཇུག་གོ །འདི་ལྟར་  
ཡུང་པོ་མ་གཏོགས་པར་ནི་འགའ་ལ་ཡང་བདག་ཏུ་མདོན་པར་ཞེན་  
པ་མེད་པས་འཇིག་ཚྭ་ལ་ལྟ་བའི་རྣམ་པ་ལྷ་པོ་མི་སྲིད་དོ། །དེའི་  
ཕྱིར་འཇིག་ཚྭ་ལ་ལྟ་བུ་ནི་ཆ་ཉི་ཤུ་ཁོ་ནའོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་  
ལྷ་པོ་གཞན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་གསུངས་པ་ནི་ཕྱ་སྟེགས་པའི་ལྷགས་  
དགག་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དེ་ཡེ་ཤེས་རྟོ་རྟེས་འཛོམས་ཚུལ་ཡུང་དང་སྦྱར་བ་ནི།

དེ་ལ་འདིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་རིམ་ཆེ་མོ་ཉི་ཤུ་མཐོ་བ་ཡི་ཤེས་ཀྱི་  
 རྩོམ་བཅོམ་ནས་རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་མདོན་དུ་བྱས་སོ་  
 ཞེས་གང་ལུང་ལས་གསུངས་པ་ནི།

ལྷ་རི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྩོམ་ཆེ་ཡིས། །

བཅོམ་བདག་གང་དང་ལྷན་ཅིག་འདིག་འགྱུར་བ། །

འདིག་ཚླགས་ལྷ་རི་རྒྱན་རྒྱལ་ལ་གནས་པའི། །

ཆེ་མོ་མཐོ་བར་གྱུར་ལ་འདི་དག་གོ། ༡༧༥

འདིག་ཚླགས་ལ་ལྟ་བའི་རི་བོ་འཕགས་པའི་ཡི་ཤེས་ཀྱི་རྩོམ་  
 བབས་པས་ཉིན་རེ་བཞིན་ཉིན་མོངས་པའི་བྲག་རྩོམ་འཕེལ་བ། འཁོར་  
 བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བྱུང་བ། དཔངས་ཁམས་གསུམ་དུ་མཐོ་བ།  
 སྤྱགས་ཀྱི་རོས་མ་ལུས་པར་བྱུང་བ། མ་རིག་པའི་གསེར་གྱི་ས་གཞི་  
 ལས་མཐོན་པ། བདག་མེད་པ་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པའི་རྩོམ་བཤེགས་པ་ན།  
 ཆེ་མོ་ཆེས་མཐོ་བ་གང་དག་དང་ལྷན་ཅིག་འདིག་པར་འགྱུར་བ་དེ་  
 དག་ནི་ཆེ་མོ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་དེ་ཉིད་དང་གཞན་དུ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་བདག་དགག་པ་ལ། སྤྱགས་  
 རྩོམ་བརྗོད་པ་དང་། དེ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

ད་ནི་འཕགས་པ་མང་པོས་བཀྱར་བ་པ་དག་གིས་བརྟགས་པའི་  
 གང་ཟག་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་སྒྲ་བ་བསལ་བའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

ཁ་ཅིག་དེ་ཉིད་གཞན་ཉིད་རྟག་མི་རྟག།

ལ་མོགས་བརྗོད་མེད་གང་ཟག་རྣམས་ཡོད་འདོད། །

ནམ་ཤེས་རྒྱག་གི་ཤེས་བྱར་དེ་འདོད་ཅིང་། །

དེ་ནི་ངར་འཇིན་གཞིར་ཡང་འདོད་པ་ཡིན། །༡༧༤

དེ་ལ་རེ་ཞིག་སྤང་པོ་མ་གཏོགས་དེ་འཇིན་མ་གྲུབ་སྟེ། །གང་  
ཟག་སྤང་པོ་དག་ལས་གཞན་དུ་ནི་མི་འགྱུར་རོ། །སྤང་པོའི་རང་  
བཞིན་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་བ་དང་འཇིག་པ་དང་ལྷན་པ་ཉིད་དུ་  
ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྟེར་རོ། །

དེའི་སྟེར་དེ་ལྟར་ན་སྤང་པོ་དག་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་  
དུ་བརྗོད་དུ་མེད་དོ། །ཇི་ལྟར་དེ་ཉིད་དང་། གཞན་ཉིད་དུ་མ་ཡིན་  
པ། དེ་བཞིན་དུ་རྟག་པ་དང་། མི་རྟག་པ་ཉིད་དུ་ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་  
དོ། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྒྱག་གིས་ཤེས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །གང་ཟག་དེ་  
ནི་རྣམ་སྤྱོད་པ་ཉིད་དུ་ཡང་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དང་།  
བ་བ་པོ་ཉིད་དུ་བརྗོད་པའི་སྟེར་དང་། འཁོར་བ་དང་། ལྷ་ངན་ལས་  
འདས་པ་དང་། བཅིངས་པ་དང་། ཐར་པ་དང་། འབྲེལ་པ་ཅན་ཉིད་  
ཡིན་པའི་སྟེར་རོ། །དེ་ནི་བདག་དུ་འཇིན་པའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་ཡང་  
འདོད་དོ། །

གཉིས་པ་དེ་དགག་པ་ལ། བདག་རྣམས་སྦྱབ་དགག །བཏགས་ཡོད་དུ་བསྐྱམ་  
དངོས་པོ་ཚོས་མེད་པས་མ་གྲུབ་པར་བསྐྱན་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

སྤྱི་བ་འདི་ཡང་མི་རིགས་པ་ཉིད་དུ་བཤད་པ།

གང་སྟེར་གཞུགས་ལས་ལེམས་བརྗོད་མེད་མི་རྟོགས། །

དངོས་ཡོད་བརྗོད་མེད་རྟོགས་པ་མ་ཡིན་ཉིད། །



གལ་ཏེ་བདག་འགའ་དངོས་པོར་གྱུར་འགྱུར་ན། །

མེམས་ལྷན་གྱུར་དངོས་བརྗོད་དུ་མེད་མི་འགྱུར། །༡༩༥

དེའི་ཕྱིར་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་འདིས། བརྗོད་དུ་མེད་པ་ལ་རྣམས་སུ་  
ཡོད་པ་ཉིད་མི་སྲིད་པར་བསྟན་ནས།

གཉིས་པ་བཏགས་ཡོད་དུ་བསྟན་པ་ནི།

བཏགས་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དུ་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་བྱོད་བྱམ་དངོས་པོར་མ་གྱུར་པའི། །

རོ་རོ་གཟུགས་ལོགས་ལས་བརྗོད་མེད་འགྱུར་བས། །

བདག་གང་ལྟར་པོ་ལས་བརྗོད་མེད་འགྱུར་ཏེ། །

རང་གིས་ཡོད་པར་གྱུར་པར་རྟོགས་མི་བྱ། །༡༩༦

བུམ་པ་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་  
དུ་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་། བཏགས་པར་ཡོད་པར་འདོད་པ་དེ་བཞིན་  
དུ། བདག་གྲང་བུམ་པ་ལྟར་བཏགས་པར་ཡོད་པར་འགྱུར་རོ་སྟམ་དུ་  
བསམས་པའོ། །

གསུམ་པ་དངོས་པོའི་ཚོས་མེད་པས་མ་གྱུར་པར་བསྟན་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཚིགས་སུ་བཅད་པ་གཉིས་ཀྱིས་དགག་པ་དང་  
སྐྱབ་པ་ཉི་བར་བསྟན་ནས། དེ་ནི་དེ་ཉིད་དང་གཞན་ཉིད་དག་  
དངོས་པོའི་རྟེན་ཉིད་དུ་བརྗོད་ནས་དངོས་པོ་ཚོས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་མ་  
ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་བདག་འགོག་པར་ཚུམ་པ།

བྱོད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་རང་བདག་ལས་གཞན་ནི། །

མིན་འདོད་གཟུགས་སོགས་ལས་གཞན་དངོས་འདོད་ཅིང་། །

དངོས་ལ་རྣམ་པ་དེ་གཉིས་མཐོང་འགྱུར་བ། །

དེ་ཕྱིར་བདག་མེད་དངོས་ཆོས་དང་བལ་ཕྱིར། ། ༡༧༩

གལ་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱི་ལྟར་བདག་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་གྱུར་ན་ནི་དེ་གདོན་  
མི་བཟང་རྣམས་པར་ཤེས་པ་ལྟར་རང་གི་བདག་ཉིད་ལས་གཞན་མ་  
ཡིན་པར་འགྱུར་ཞིང་། གཟུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་ཐ་དད་པའི་  
ངོ་པོ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ན། འདི་ནི་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར།  
དངོས་པོའི་ཆོས་དག་གི་རྟེན་ཅན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། ལུས་པ་  
ལྟར། བདག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་བཀག་པས་མཐུག་བསྟུ་བ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་རྣམས་པར་དབྱེད་པ་ན་གང་ཟག་རྣམས་སུ་  
ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་མི་རིགས་པ།

དེ་ཕྱིར་ངར་འཇིན་རྟེན་ནི་དངོས་པོས་མིན། །

སྤང་ལས་གཞན་མིན་སྤང་པོའི་ངོ་པོ་མིན། །

སྤང་པོ་རྟེན་མིན་འདི་ནི་དེ་ལྟར་མིན། །

ངར་འཇིན་པའི་ཡུལ་ནི་ངེས་པར་གཞིག་པ་ན་རྣམས་སུ་ཡོད་པར་  
མི་རིགས་ཤིང་། སྤང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་ཡང་མི་རུང་ལ། སྤང་པོའི་  
རང་བཞིན་ཅན་ཡང་མ་ཡིན་ཞིང་། སྤང་པོ་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་ཡང་མ་  
ཡིན་ནོ། །

ཡང་ན་འདི་ལ་རྟེན་སྤང་པོ་ཡོད་པས་ན་སྤང་པོ་ལ་རྟེན་ཞེས་བྱ་

བ་སྟེ། རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་སྒྲིགས་གཉི་ག་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་  
ཆོག་བསྐྱབ་བ་གཉི་ག་ལ་བརྟེན་ཏོ། །བདག་ནི་ཕུང་པོ་དང་ལྷན་པར་  
ཡང་མི་རིགས་སོ། །

གསུམ་པ་བཀག་ནས་གང་ཟག་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བསྟན་པ་ལ།  
མདོར་བསྟན། དཔེ་དོན་གྱི་སྒྲི་ནས་རྒྱས་པར་བཤད། དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཐམས་  
ཅད་ཀྱང་བཏགས་པ་ཙམ་དུ་བསྟན་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར། བདག་བཏགས་པའམ། མ་དམིགས་པར་འདོད་པས་  
ཀྱང་རུང་སྟེ། ཇི་སྐད་སྒྲིས་པའི་རྣམ་པ་དག་གིས་བདག་ཁས་སླང་  
བར་མི་བྱའོ་ཞེས་བཤད་པ་ནི།

འདི་ནི་ཕུང་པོ་རྣམས་རྟེན་གྲབ་པར་འགྱུར། །༡༥༠

ཞེས་བྱ་བའོ། །ཇི་ལྟར་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་འདི་འབྱུང་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ཙམ་ཞིག་ཀྱན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་མ་ཆད་  
པར་བྱ་བའི་ཁས་ལེན་གྱི་རྒྱ་མཐིང་ལ་སོགས་པ་དག་ལས་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་  
པ་དེ་བཞིན་དུ། འདིར་ཡང་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་ལ་ཡང་དག་པར་  
བརྟེན་པ་ནི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྒྲི་དང་ལྷན་པའི་རྣམ་པ་བསལ་  
ནས། ཕུང་པོ་རྣམས་ལ་བརྟེན་ནས་གདགས་པ་ཞེས་བྱ་འདི་ཙམ་ཞིག་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་རྣམ་པར་གནས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཁས་སླང་  
བར་བྱ་སྟེ། བདག་ཏུ་སྟོད་བཏགས་པ་མཐོང་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེ་དོན་གྱི་སྒྲི་ནས་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། དོན་འདི་མཆོན་བྱེད་དཔེ་  
དང་། དཔེས་མཆོན་པའི་དོན་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་

བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

བདག་བྱུགས་པ་ཙམ་རུ་བྱུབ་པར་བྱ་བའི་དོན་རུ་ངི་སྐད་  
བཤད་པའི་དོན་ཉིད་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། ཕྱི་རོལ་གྱི་དཔེ་སྟོན་  
ཞིང་བཤད་པ།

ཞིང་རྟ་རང་ཡན་ལག་ལས་གཞན་འདོད་མིན། །

གཞན་མིན་མ་ཡིན་དེ་ལྟར་ཡང་མིན་ཞིང་། །

ཡན་ལག་ལ་མིན་ཡན་ལག་དག་དེར་མིན། །

འབྲེལ་བ་ཙམ་མིན་དབྱིབས་མིན་ནི་བཞིན་ནོ། །༡༥༡

དེའི་ཕྱིར། འདིར་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཚྭ་གས་དང་། གཞན་ཉིད་ཀྱི་ཚྭ་གས་  
དང་། རྟེན་ཀྱི་ཚྭ་གས་དང་། བརྟེན་པའི་ཚྭ་གས་དང་། དེ་དང་ལྟན་པའི་  
ཚྭ་གས་ཏེ། ཚྭ་གས་ལྷ་པོ་དག་ནི་སྤར་བསྟན་ཟིན་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་བཤད་པ་ལ། ཡན་ལག་དགག །ཡན་ལག་མེད་པའི་ཡན་ལག་ཅན་  
དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ་ཚྭ་གས་ཕྱི་མ་གཉིས་སུ་མོང་རུ་དགག །དབྱིབས་བྱེ་  
བྲག་རུ་དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། ཆོགས་ཙམ་དགག །དབྱིབས་སུ་མོང་རུ་  
དགག་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ཆོགས་པའི་ཚྭ་གས་དང་། དབྱིབས་ཀྱི་ཚྭ་གས་གཉིས་ནི་བསྐྱབ་པར་  
བྱ་དགོས་པས་དེ་དག་སྟོན་པ་བཙམ་པར་བྱ་སྟེ།

གལ་ཏེ་ཆོགས་ཙམ་ཞིང་རྟ་འགྱུར་ན་ནི། །

མིལ་བྱར་གནས་ལ་ཞིང་རྟ་ཉིད་ཡོད་གྱུར། །

འདི་ནི་སྤར་བཤད་རུ་ཟིན་ཀྱང་སྤར་ཡང་ཉེ་བར་བཀོད་དེ་སྟོན་

གཞན་བརྗོད་པའི་སྒྲིན་གསལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དབྱིབས་ཐུན་མོང་དུ་དགག་པ་ནི།

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར།

གང་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་ཡན་ལག་དག །

མེད་པས་དབྱིབས་ཅམ་ཞིང་རྟེན་རིགས་པ་འདྲ་མིན། །༡༥༣

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིན་སོ། །གང་གི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་ན་ཡན་ལག་  
དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡན་ལག་དག་མེད་པ་ཉིད་དོ། །དེའི་  
ཕྱིར་གང་དག་གི་ཚྭ་གསལ་པ་ཞིག་ཤིང་རྟེན་གྱིར། འང་གི་སྒྲིན་ནི་བསྐྱེད་  
བའི་དོན་ཏེ། དབྱིབས་ཅམ་ཡང་ཤིང་རྟེན་མི་རིགས་ལ། ཚྭ་གསལ་  
ཅམ་པོ་འང་མི་རིགས་སོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །

ག་ལས་ཤེ་ན། གང་གི་ཕྱིར་ཡན་ལག་ཅན་མེད་ན་ཡན་ལག་དག་  
མེད་པས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་དབྱིབས་ཅམ་ཞིག་ཤིང་རྟེན་མི་རུང་དོ། །  
ཡན་ལག་ཅན་མེད་པ་ཉིད་དུ་ནི་དེ་དག་གི་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཁས་  
སྐྱེས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དབྱིབས་བྱེ་བྲག་དུ་དགག་པ་ལ། དབྱིབས་རྣམས་སྐྱེད་པ་དགག །  
བཏགས་ཡོད་ཡིན་ན་ཀུན་ལ་འདྲ་མཚུངས། རང་ལ་ཐ་སྐྱོད་དང་འགལ་བ་སྐྱེད་པ་  
གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། ཡན་ལག་དང་། ཚྭ་གསལ་པའི་དབྱིབས་དགག་པ་གཉིས་གྱི། དང་  
པོ་ལ། རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་མ་བཏང་བ་དང་། བཏང་བའི་དབྱིབས་ཡིན་པ་  
དགག་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་། གལ་ཏེ་དབྱིབས་ཅམ་ཞིག་ཤིང་རྟེན་འདོད་ན་

དབྱིབས་དེ་ཡན་ལག་དག་གི་ལམ། ཆོག་པའི་ཡིན་པར་རྟོག་གྲང་།  
 དེ་ལ་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡིན་པར་འདོད་ན་ཡང་  
 ལྷ་པོ་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་མ་བཟང་བ་དག་གི་ལམ། ལྷ་པོ་ཀྱི་  
 དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་བཟང་བ་དག་གི་ཡིན་པར་འགྱུར་གྲང་ན། དེ་  
 ལ་གལ་ཏེ་གོང་མ་ཤོས་འདོད་ན་ནི་དེ་མི་རིགས་སོ། །ཅི་འུ་ཕྱིར་ཞེ་ན།

ཁྱོད་དབྱིབས་ཡན་ལག་རེ་རེ་ལྷ་པོ་ཡོད་གྱུར། །

ཇི་བཞིན་གཤིས་ཀྱི་ལྷ་པོ་གཏོགས་ལའང་དེ་བཞིན་ནོ། །

བྱེ་བར་གྱུར་པ་དེ་དག་ལ་ཇི་ལྟར། །

ད་ལྟ་ཡང་ནི་གཤིས་ཀྱི་ཡོད་མ་ཡིན། །༡༥༣

གལ་ཏེ་ཤིང་རྩེ་གནས་སྐབས་ཀྱི་གོང་རོལ་ན་འཕང་ལོ་ལ་  
 སོགས་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་ཇི་ལྟར་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དེ་ཁོ་ན་  
 ལྟར། ཤིང་རྩེ་ཉིད་ཀྱི་དུས་སུ་འང་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 དབྱིབས་ཀྱི་བྱང་པར་ཡིན་ན་ནི། དེའི་ཆེ་ཡན་ལག་བྱེ་བར་གྱུར་པ་  
 དག་ལ་མེད་པ་ལྟར། ཤིང་རྩེ་ཉིད་ཀྱི་དུས་ན་འང་ཤིང་རྩེ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་པར་ངེས་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་ཡན་ལག་གི་དབྱིབས་ཐ་མི་དད་པའི་  
 ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བཟང་བའི་དབྱིབས་ཡིན་པ་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་ཕྱོགས་གཉིས་པ་སྟེ་དབྱིབས་གཞན་ཁོ་ན་ཤིང་རྩེ་ཞེས་བྱ་  
 བར་འགྱུར་ན། དེ་ལྟ་ན་ཡང་།

ད་ལྟ་གལ་ཏེ་གཤིས་ཀྱི་ཉིད་དུས་འདིར། །

འཕང་ལོ་མོགས་ལས་དབྱིབས་ཐ་དད་ཡོད་ན། །

འདི་གཟུང་འགྱུར་ན་དེ་ཡང་ཡོད་མིན་ཏེ། །

དེ་ཕྱིར་དབྱིབས་ཚུལ་གྱི་རྟེན་ཡོད་མ་ཡིན། ། ༡༥༩

གལ་ཏེ་འཕང་ལོ་དང་། རྟོག་གི་དང་། གཟེར་བྱ་ལ་སོགས་པ་  
གི་རྟེན་ཡོད་ལག་ན་མས་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་སོ་སོར་སྐྱུ་པ་  
དང་། རིང་བ་དང་། ལྷུ་པ་ལ་སོགས་པ་གང་ཞིག་སྐྱུར་ཡོད་པར་  
གྱུར་པ་དེ་ལས་དེ་དག་གི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་པར་གཞན་ཞིག་སོ་ན་  
གི་རྟེན་ཏེ་དེ་ཀྱི་རྟེན་སྐྱེ་བར་འགྱུར་ན་ནི། དེ་བཟུང་བྱ་ཡོད་པར་  
འགྱུར་ན་བཟུང་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

རི་སྐྱུར་ཅི་བས་དང་། ལྷ་བྱུང་དང་། རྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་བྱུང་པར་  
རྟེན་གྱི་དབྱིབས་ཅན་འཕང་ལོ་ལ་ནི་གི་རྟེན་གནས་སྐབས་  
ན་རང་གི་དབྱིབས་གཞན་རྟེན་གྱི་ཕྱིར་པ་ཏེ་མ་མཐོང་ངོ་། །དེ་བཞིན་  
རྟེན་གྱི་སྐྱེ་བའི་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་གི་སྐྱུ་པ་ཏེ་དེ་ལ་སོགས་པ་ཡང་  
གཞན་ཏེ་དེ་རྟེན་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཕྱིར་ཡན་ལག་ན་མས་ཀྱི་  
དབྱིབས་གི་རྟེན་ཞེས་བྱ་བ་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་ཚོགས་པའི་དབྱིབས་དགག་པ་ནི།

ཅི་སྟེ་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཚོགས་པ་ན་མས་ཀྱི་དབྱིབས་ཀྱི་བྱུང་  
པར་གི་རྟེན་ཡོད་ན་སྐྱུ་པ་ན། དེ་ཡང་མི་རིགས་སོ་ཞེས་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་ཁྱོད་ཀྱི་ཚོགས་པ་ཅང་མེད་པས། །

དབྱིབས་དེ་ཡན་ལག་ཚོགས་ཀྱི་མ་ཡིན་ན། །

གང་ཞིག་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་དེ་བརྟེན་ནས། །

འདིར་ནི་དབྱིབས་སུ་ལྟ་ཞིག་ཅི་ལྟར་འགྱུར། །༡༥༥

གལ་ཏེ་ཚླགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་དང་དངོས་པོ་རུང་ཟད་ཅིག་ཡོད་  
ན་ནི་དེའི་བརྟེན་ཅན་དབྱིབས་སུ་གདགས་པར་འགྱུར་ན། ཡན་ལག་  
ཚླགས་ལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་མ་ཡིན་ནོ། །གང་ཞིག་  
རུང་ཟད་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་རྟེན་ཅན་གྱི་དབྱིབས་སུ་གདགས་  
པར་ཡང་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་བཏགས་པ་ནི་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་ཅན་ཁོ་ནར་  
ཁས་སྐྱབས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་བཏགས་ཡོད་ཡིན་ན་ཀྱན་ལའང་མཚུངས་པ་ལ། དངོས་དང་། ལུས་  
སྟགས་དང་། གཟུགས་སྟགས་ཀྱི་དབྱིབས་མི་རིགས་པ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི། ཅི་  
སྟེ་མི་བདེན་དུ་ཟིན་ཀྱང་ཚླགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་བདེན་པའི་  
དབྱིབས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་བྱ་བར་འདོད་ན་དེ་ལྟ་ཡིན་དང་།

ཁྱོད་ཀྱི་འདི་ནི་དེ་ལྟར་འདོད་དེ་ལྟར། །

མི་བདེན་ལ་ཡི་རྒྱལ་བརྟེན་བྱས་ནས། །

འབྲས་བྱའི་རྣམ་པ་མི་བདེན་རང་བཞིན་ཅན། །

ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནི་སྟེ་བར་གཤམ་ལས་གྱིས། །༡༥༦

མ་རིག་པ་མི་བདེན་ལ་བརྟེན་ནས་འདུ་བྱེད་མི་བདེན་པའི་རང་  
བཞིན་ཅན་ཁོ་སྟེ་ལ། མི་བདེན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ས་བོན་ལ་  
བརྟེན་ནས་སྟུ་གུ་མི་བདེན་པར་རང་བཞིན་ཅན་སྟེ་བ་དེ་བཞིན་དུ།  
རྒྱ་དང་འབྲས་བྱའི་རོ་བོ་མི་བདེན་པའི་རང་བཞིན་ཅན་མ་ལུས་པ་



ཡང་རྟོགས་པར་བྱ་སྟེ། འབད་ཚོལ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་གིས་ཀྱང་གང་གིས་  
ག་དག་ཟ་བར་མི་རུས་པའི་དངོས་པོ་གིབ་མའི་རི་དྲགས་ལྟ་བུ་ལ་  
མངོན་པར་ཞེན་པ་དོན་མེད་པ་འདིས་ཅི་ཞིག་བྱ་སྟེ།

གཉིས་པ་བུམ་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་མི་རིགས་པ་ནི།

འདིས་ནི་གཞུགས་སོགས་དེ་ལྟར་གནས་ནམས་ལ། །

བྱམ་སྒོ་ཞེས་བྱའང་རིགས་པ་མ་ཡིན་ཉིད། །

དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ན་རི་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དེ་ལྟར་གནས་པ་ནམས་  
ལ་བུམ་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲོར་འགྱུར་རོ་ཞེས་སྒྲ་བ་དེ་ཡང་ཤིང་རྟའི་  
དཔེ་འདིས་བསལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་གཞུགས་སོགས་ཀྱི་དབྱིབས་མི་རིགས་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

སྐྱེ་བ་མེད་པས་གཞུགས་སོགས་ཀྱང་ཡོད་ཡིན། །

དེ་ཡི་ཁྱིམ་ཡང་དེ་དག་དབྱིབས་མི་རིགས། ༡༡༥

རི་ལྟར་གཞུགས་ལ་སོགས་པ་ནམས་ལ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་  
པ་དེ་ལྟར་ནི་སྤར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དེའི་ཁྱིམ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཁྱིམ་  
གཞུགས་ལ་སོགས་པ་དག་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པ་ནམས་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གདགས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཉིད་  
རུ་རིགས་པར་འགྱུར། དེའི་ཁྱིམ་རྩིས་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ཅན་རུ་འདོད་  
པ་བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་མི་རིགས་པས། བུམ་པ་ལ་སོགས་པ་དག་  
གཞུགས་ལ་སོགས་པའི་དབྱིབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་མ་

ཡིན་ནོ།།

གསུམ་པ་རང་ལ་ཐ་སྐྱད་དང་འགལ་བ་སྤང་བ་ལ། བདེན་གཉིས་སུ་མ་རྟེན་ཀྱང་  
མ་དབྱུང་པར་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ། དེའི་ཐ་སྐྱད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་དབྱུང་པར་  
གྲགས་པས་འདོད། དེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་དཔོག་པར་འགྱུར་བ་དང་གསུམ་གྱི་  
དང་པོ་ནི།

འདིར་སྒྲུས་པ། གལ་ཏེ་འོ་ན་ཤིང་རྩ་འདི་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་ཚུལ་  
དུ་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་བཅུལ་བ་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཤིང་རྩ་  
མེད་པས་གང་ཞིག་ཤིང་རྩས་འཇིག་རྟེན་ན་ཐ་སྐྱད་འདོགས་པ་དེ་  
རྒྱུ་ཆད་པར་འགྱུར་ན། ཤིང་རྩ་འོ་ན་ཅིག་ཤིང་རྩ་ཉོས་ཤིག་ཤིང་རྩ་  
ཆོས་ཤིག་ཅེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་མཐོང་བ་ཡང་ཡིན་ནོ། དེའི་སྤྱིར་  
འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྤྱིར་ན། ཤིང་རྩ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་ཡོད་  
པ་ཉིད་དོ།།

བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ། ཉེས་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ཁོ་ན་ལ་འགྱུར་ཏེ། འདི་  
ལྟར་སྤར་བཤད་པའི་ཚུལ་དུ་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་བཅུལ་བ་ན་ཤིང་  
རྩ་མི་འཐད་ཅིང་ཁྱོད་གྱིས་ཀྱང་རྣམ་པར་དབྱུང་ནས་དངོས་པོ་གྲུབ་  
པར་རྣམ་པར་འཇོག་པར་བྱེད་ལ། གྲུབ་པའི་ཐབས་གཞན་ཡང་ཁས་  
མ་སྤངས་པ་དེའི་སྤྱིར་ན་ཤིང་རྩ་འོ་ན་ཅིག་ཅེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་  
སོགས་པའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐ་སྐྱད་ཁྱོད་ལ་ཅི་ལྟར་གྲུབ་པར་འགྱུར།  
ཁོ་པོ་ཅག་ལ་ནི་ཉེས་པ་འདི་མེད་དེ། གང་གི་སྤྱིར།

དེ་ནི་དེ་ཉིད་དུ་འཕྱུར་འཇིག་རྟེན་དུ། །

ནམ་པ་བདུན་གྱིས་འགྲུབ་གྱུར་མིན་མོད་ཀྱི། །

ནམ་དབྱུང་མིན་པར་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་འདིར། །

རང་གི་ཡན་ལག་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན། །༡༥༤

ཤིང་རྩ་རང་ཡན་ལག་ལས་གཞན་འདོད་མིན། །ཁེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པའི་ཚུལ་འདི་དེ་ནམ་པ་བདུན་ཏུ་བཅའ་བ་ན། དོན་དམ་པ་  
དང་ཀུན་རྫོབ་ཏུ་ཤིང་རྩ་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་  
འདི་ནི་ནམ་པར་དབྱུང་པ་སྤངས་ཏེ། སྟོན་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་ཚོར་  
བ་སོགས་པ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ཉིད་ལས་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཡན་  
ལག་ནམས་ལ་བརྟེན་ནས་འདོགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྟེན་ཉིད་འདི་པ་ཅམ་  
ཁས་སྤངས་པ་ལྟར་བརྟེན་ནས་བརྟགས་པ་ཁས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ཁོ་  
པོ་ཅག་གི་སྟོགས་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཆད་པར་ཐལ་བར་མི་  
འགྱུར་ལ། ས་རོལ་པོས་ཀྱང་འདི་ཉིད་ཁས་སྤང་བར་འོས་པ་ཡིན་ནོ། །  
སྟོགས་འདིར་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྟོན་ནས་ཤིང་རྩས་ཐ་སྙད་  
འདོགས་པ་ཆེས་གསལ་བར་གྲུབ་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྱེད་ཀྱི། འདིའི་  
མིང་གི་བྱད་པར་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་ནམ་པར་དབྱུང་པ་  
མེད་པར་འཇིག་རྟེན་ལ་གྲགས་པའི་སྟོན་ནས་ཁས་སྤང་བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དེའི་ཐ་སྙད་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་དབྱུང་པར་གྲགས་པས་འདོད་པ་ལ།  
དངོས་དང་། ཡན་ལག་ཅན་སོགས་མེད་པ་མི་འཐད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདི་ལྟ་སྟེ།

དེ་ཉིད་ཡན་ལག་ཅན་དེ་ཆ་ཤས་ཅན། །

ཞིང་རྟ་དེ་ཉིད་བྱེད་པོ་ཞེས་འགྲོར་བསྟན། །

སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ལེན་པོ་ཉིད་རྒྱལ་བ་གྲུབ། །

དེ་ལ་ཤིང་རྟ་ནི་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་ཡན་ལག་ལ་སྟོས་  
ནས་ཡན་ལག་ཅན་ཉིད་རྒྱུར་རོ། །འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཆ་ཤས་  
ལ་སྟོས་ནས་ནི་ཆ་ཤས་ཅན་ཉིད་དོ། །འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཉེ་བར་  
ལྷང་བ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་བྱ་བ་ལ་སྟོས་ནས་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཉིད་དོ། །  
རང་གི་ཉེ་བར་ལེན་པ་ལ་སྟོས་ནས་ནི་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ཡན་ལག་ཅན་སོགས་མེད་པ་མི་འཐད་པ་ནི།

གང་འགའ་ཞིག་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་རྟོགས་པས་  
ཡན་ལག་ཆོགས་པ་ཅམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཡན་ལག་ཅན་ནི་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལས་ཐ་དད་པར་མ་དམིགས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་བཞིན་རྒྱུ་ཆ་ཤས་ཅམ་ཞིག་ཡོད་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཅན་ནི་  
མེད་དོ། །ལས་འབའ་ཞིག་ཁོ་ན་ཡོད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ནི་མེད་དོ། །ཉེ་  
བར་ལེན་པ་ལས་ཐ་དད་པར་མ་དམིགས་པའི་ཕྱིར་ཉེ་བར་ལེན་པ་  
ཁོ་ན་ཡོད་ཀྱི་ཉེ་བར་ལེན་པ་པོ་ནི་མེད་དོ་ཞེས་དེ་ལྟ་བུར་རྣམ་པར་  
གནས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀླན་རྫོབ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་ཏུ་སྤྲོ་བ་དེའི་ལྟར་  
ན་གཏན་ཆོགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཡན་ལག་ལ་སོགས་པ་ཅམ་ཡང་མེད་  
པར་ཐལ་བར་འགྱུར་བས།

འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་ཀླན་རྫོབ་མ་བཟླས་ཅིག །༡༥༧

ཅེས་འདི་ནི་བསྐྱོག་པར་བྱ་བ་ཁོ་ནས། །

གསུམ་པ་དེས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་དཔོག་པར་འགྱུར་བ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཀུན་རྫོབ་འདི་དེ་ལྟར་རྣམ་པར་  
དབྱུང་བ་ན་ཡོད་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་མ་བརྟགས་པར་གྲགས་པས་  
ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པས་རིམ་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་འདི་  
ལ་རྣམ་པར་དབྱུང་བ་ན་ཆེས་ལྷུང་བ་ཁོ་ནར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་  
དཔོགས་པར་འགྱུར་རོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་ན།

རྣམ་འབྲུག་གིས་མེད་གང་དེ་དེ་ལྟ་བུར། །

ཡོད་ཅེས་རྣལ་འབྱོར་ལས་འདིའི་ཡོད་མི་རྟོག་། །

དེས་དེ་ཉིད་ལ་འང་བདེ་སྐྱེད་འབྲུག་འགྱུར་བས། །

འདིར་དེའི་གྲུབ་ལ་དེ་བཞིན་འདོད་པར་བྱ། །༡༦༠

ཉེ་བར་རྟོགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ་ལ་གལ་ཏེ་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བའི་  
དངོས་པོ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགའ་ཞིག་ཡོད་པར་འགྱུར་ན་ནི་  
ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་དེ་རྣམ་པ་བརྟུན་ལས་རྣམ་པ་གང་ཡང་རུང་བ་  
ཞིག་གི་བདག་ཉིད་ཡོད་པ་རྟོག་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། རྟོག་པ་ཡང་  
མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཤིང་རྟ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མ་རིག་པའི་ལིང་ཐོག་  
གིས་ཉམས་པར་བྱས་པ་དག་ཁོ་ནས་བརྟགས་པ་ཡིན་གྱི། རང་བཞིན་  
གྱིས་གྲུབ་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་དེ་ལྟར་དེས་པ་སྐྱེ་བར་  
འགྱུར་ཞིང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཡང་རྣལ་འབྱོར་པ་བདེ་སྐྱེད་ཏུ་འབྲུག་  
པར་འགྱུར་རོ། །འང་གི་སྐྱེས་ནི་ཀུན་རྫོབ་ཉམས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་

བ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་འདི་ནི་མ་བརྟགས་པར་གྲགས་པར་གྲུབ་པར་འདོད་  
པར་བྱའོ། །མཁས་པ་དག་གིས་སྟོགས་འདི་ནི་སྟོན་མེད་ཅིང་པན་  
ཡོན་དང་བཅས་པའོ་སྟུམ་དུ་བསམས་ཏེ་གདོན་མི་བྱ་བར་ཁས་སྐྱོང་  
བར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཡན་ལག་མེད་པའི་ཡན་ལག་ཅན་དགག་པ་ལ། དོན་དངོས་དང་། དེ་  
དཔེས་གསལ་བར་བྱ་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་སྤྱིས་པ་རྣལ་འབྱོར་པས་ཤིང་རྟ་མི་དམིགས་ལ་རག་མོད་  
དེའི་ཡན་ལག་ཚྲིགས་པ་ཅམ་ཞིག་དམིགས་པ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཅོ། །  
བཤད་པར་བྱ་སྟེ། གང་ཞིག་སྟུམ་དུ་ཚྲིག་ན་ཐལ་བ་ལ་སྟུམ་མ་ཚོལ་  
བ་ནི་བཞད་གད་དུ་བྱ་བ་ཞིག་སྟེ།

ཤིང་རྟ་ཡོད་ཉིད་མིན་ན་དེ་ཡི་ཆེ། །

ཡན་ལག་ཅན་མེད་དེའི་ཡན་ལག་ཀྱང་མེད། །

གལ་ཏེ་ཤིང་རྟ་ཞིག་ན་དེའི་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་ཚྲིགས་པ་  
དམིགས་པ་ཉིད་མ་ཡིན་ནམ། དེའི་སྤྱིར་ཡན་ལག་མེད་པར་ཡན་  
ལག་དག་ཀྱང་མེད་དོ་ཞེས་ཅི་སྟེ་བརྗོད་ཅེ་ན།

དེ་ནི་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ཏེ། རྟ་པ་པོ་ཤིང་རྟ་དང་འབྲེལ་བར་རིག་  
པ་ཁོ་ནས་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་ནི་ཤིང་རྟ་ཡིན་ལོ་སྟུམ་དུ་  
རྟ་གས་ཀྱི་གཞན་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། དེས་ནི་རང་གི་ཆ་ཤས་ལ་སྟོས་  
ནས་འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་དག་ཁོ་ན་ཡན་ལག་ཅན་ཉིད་དུ་རྟ་གས་  
པར་འགྱུར་རོ། །འཕང་ལོ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཤིང་རྟ་དང་འབྲེལ་བ་

ཡང་རྒྱུད་རིང་དུ་སྤངས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་དེའི་ཆེ་དེ་དག་ཤིང་རྟེན་  
ཡན་ལག་དུ་མི་རྟོགས་སོ། །

གཉིས་པ་དེ་དཔེས་གསལ་བར་བྱ་བ་ནི།

གཞན་ཡང་དོན་འདི་ནི་དཔེ་འདི་ལས་ཤེས་པར་བྱ་སྟེ།

ཤིང་རྟེན་ཆིག་ན་ཡན་ལག་ཅིད་དཔེ་བཞིན། །

སྒོ་མེས་ཡན་ལག་ཅན་སྟེག་ཡན་ལག་གོ། ༡༢༡

དཔེར་ན་ཤིང་རྟེན་ཡན་ལག་ཅན་མེས་ཆིག་ན་དེའི་ཡན་ལག་དག་  
ཀྱང་ངེས་པར་ཆིག་པར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་  
གཙུབ་ཤིང་གཙུབས་པ་ལས་བྱུང་བ་སྒོའི་མེ་མི་དམིགས་པའི་སྟེག་  
པར་བྱེད་པ་ཅན་གྱིས་ཤིང་རྟེན་ལུས་པ་ཅིད་པར་བསྟེགས་པས་ན་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་མེའི་བྱེད་ཤིང་དུ་གྱུར་པ་ཡན་ལག་དག་གིས་ཀྱང་བདག་  
ཉིད་བྱུག་ཚུགས་པར་མི་བྱེད་དེ་ངེས་པར་བསྟེགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་དཔེས་མཆོན་པའི་དོན་ལ། བདག་བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་བསྟན།  
དེའི་ཕན་ཡོན་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་བསྒྲིག་པར་འགྱུར་བ། བདག་དང་བདག་གི་བ་ཅིད་  
པར་རྟོགས་པས་གོལ་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ལ། ཐ་སྙད་དུ་སྤངས་སྟེགས་ལ་བརྟེན་ནས་  
བཏགས་ཚུལ། ལས་དང་བྱེད་པ་པོའི་ཐ་སྙད་འཆད་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ངེ་ལྟར་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་བདེན་པ་མི་གཅད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དང་།  
རྣལ་འབྱོར་པ་རྣམས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་བདེ་སླག་དུ་འཇུག་པར་བྱ་  
བའི་ཕྱིར། ཤིང་རྟེན་རྣམ་པར་དཔྱད་པའི་ཚུལ་ལ་བསམས་ཏེ་བརྟེན་  
ནས་གདགས་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ།

བདག་ཀྱང་ཉི་འཛམ་ལོ་ཉིད་ཏུ་འདོད། །

གཉིས་པ་ལས་དང་བྱེད་པོའི་ཐ་སྟོན་འཆད་ཚུལ་ནི།

ཉིང་ལེན་ལས་ཡིན་འདི་ནི་བྱེད་པོ་འད་ཡིན། ༡༩༣

ཉེ་བར་ལེན་པ་ཞེས་བྱ་བ་ཡུང་པོ་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་ལས་ཉིད་



དང་བདག་ནི་བྱེད་པ་པོ་ཞེས་བྱ་བར་རྣམ་པར་གཞག་གོ།

གཉིས་པ་དེའི་ཕན་ཡོན་ལྟ་བུ་ཐམས་ཅད་བསྒྲིག་པར་འགྱུར་བ་ནི།

བརྟེན་ནས་གདགས་པ་ལ་ཡང་དག་པར་བརྟེན་པ་ན་བདག་  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྟུ་བརྟེན་པ་དང་མི་བརྟེན་པ་ལ་སོགས་པའི་  
རྟོགས་པའི་རྟེན་མ་ཡིན་པ་ཉིད་པས་རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་ལ་  
སོགས་པའི་རྟོག་པ་སྒྲིག་པར་སྤྲོ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་བཤད་པ།

དངོས་ཡོད་མིན་གྱིར་འདི་ནི་བརྟེན་མིན་ཞིང་། །

མི་བརྟེན་ཉིད་མིན་འདི་ནི་སྟེ་འཇིག་མིན་། །

འདི་ལ་རྟག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པ་ཡང་། །

ཡོད་མིན་དེ་ཉིད་དང་ནི་གཞན་ཉིད་མེད། །༡༤༩

སྤང་པོ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་གདགས་པའི་བདག་འདི་ནི་བརྟེན་  
པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཞིང་མི་བརྟེན་པ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་  
གལ་ཏེ་བདག་མི་བརྟེན་པ་ཡིན་ན་ནི་དེའི་ཚོ། །ཉེ་བར་ལེན་ཉིད་  
བདག་མ་ཡིན། །དེ་དག་འབྱུང་དང་འཇིག་པ་ཡིན། །ཉེ་བར་སྤངས་  
པ་ཅི་ལྟ་བུར། །ཉེ་བར་ལེན་པོ་ཡིན་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བ་དང་། །དེ་  
བཞིན་རྟུ། །མ་བྱུང་བ་ལས་འབྱུང་མིན་ཏེ། །འདི་ལ་སྒྲུན་རྟུ་ཐལ་བར་  
འགྱུར། །བདག་ནི་བྱས་པར་འགྱུར་བ་འཇམ། །འབྱུང་བའང་རྒྱ་མེད་  
ཅན་རྟུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བའང་བསྟན་བཅོས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་  
རོ། །དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། །གལ་ཏེ་སྤང་པོ་བདག་ཡིན་ན། །སྟེ་དང་འཇིག་པ་  
ཅན་རྟུ་འགྱུར་ན་སྟེ་ཞིང་འཇིག་པ་ཅན་རྟུ་འདོད་པའང་མ་ཡིན་ཏེ།

དེའི་ཕྱིར་ཕུང་པོ་བདག་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བའི་ཐལ་བར་འགྱུར་ང་  
འདི་ཡང་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་མི་བརྟན་པ་ཉིད་  
རུ་ཡང་མི་འཐད་དོ། །

དེ་བཞིན་རུ་བརྟན་པར་ཡང་མི་འཐད་དེ། ཇི་སྐད་རུ། འདས་པའི་  
རུས་ནི་བྱང་གྱུར་ཞེས། །བྱ་བ་འདི་ནི་མི་འཐད་དོ། །སྒྲིན་ཆོ་རྒྱལ་ས་སུ་  
གང་བྱང་བ། །དེ་ཉིད་དེ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་བདག་རུ་འགྱུར་སྟུང་  
ན། །ཉེ་བར་ལེན་པ་ཐ་དད་འགྱུར། །ཉེ་བར་ལེན་ལས་མ་གཏོགས་  
པར། །ཁྱོད་གྱི་བདག་ནི་གང་ཞིག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །སྐྱེ་དང་  
འཇིག་པ་ཅན་རུ་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་བའི་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་འདི་ཉིད་  
ལས་ན་འདི་ན་སྐྱེ་འཇིག་མིན་ཞེས་བྱ་བའི་བྱང་པར་གཉིས་སྟོང་  
དཔོན་གྱི་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལ་རྟག་པ་ཉིད་ལ་སོགས་པའང་  
ཡོད་པ་མིན་ཏེ། ཇི་སྐད་རུ་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་ང་  
བརྟགས་པའི་ཐབས་གྱིས་བདག་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་མཛད་པ་ན།

རྟག་དང་མི་རྟག་ལ་སོགས་བཞི། །ཞི་བ་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །  
མཐའ་དང་མཐའ་མེད་ལ་སོགས་བཞི། །ཞི་བའི་འདི་ལ་ག་ལ་ཡོད། །  
གང་གིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་ཡོད་ཅེས། །འཇིན་པ་སྐྱུག་པོ་བཟུང་  
གྱུར་པ། །དེ་ནི་ཕྱ་ངན་འདས་པ་ལ། །མེད་ཅེས་རྒྱུ་རྟོག་རྟོག་པར་  
བྱེད། །རང་བཞིན་གྱིས་ནི་སྟོང་དེ་ལ། །སངས་རྒྱས་ཕྱ་ངན་འདས་ནས་  
ནི། །ཡོད་དོ་ཞེས་མེད་དོ་ཞེས། །བསམ་པ་འཐད་པ་ཉིད་མི་འགྱུར། །  
ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་ཕུང་པོ་དག་ལས་དེ་ཉིད་དང་།

གཞན་ཉིད་རུ་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། རི་སྐད་རུ།

གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་བདག་ཡིན་ན། སྐྱེ་དང་འཇིག་པ་ཅན་རུ་འགྱུར། །  
 གལ་ཏེ་ཕུང་པོ་རྣམས་ལས་གཞན། ཕུང་པོའི་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་  
 འགྱུར། ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་རུ། ཤིང་ཉིད་མེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། །  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་གསུངས་སོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་མི་བརྟན་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་རྟོག་པ་འདི་རྣམས་བདག་ལ་མི་རུང་ཞེ་ན། དངོས་ཡོད་  
 མིན་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིམ་ཏེ། གལ་ཏེ་བདག་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་འགའ་ཞིག་ཡོད་ན་ནི་དེ་ལ་མི་བརྟན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་པ་  
 རྣམས་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་ཞིག་ན། བདག་ནི་འགའ་ཡང་མེད་དེ། དེ་  
 མེད་པ་ཁོ་ནའི་ཕྱིར་རོ། རི་སྐད་རུ། བཏོ་ལས།

མི་བཟད་པ་ཡི་ཆོས་བཞི་ནི། འཇིག་རྟེན་མགོན་གྱིས་བསྟན་པ་  
 རྟེ། སེམས་ཅན་ནམ་མཁའ་བྱང་ཆུབ་སེམས། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་  
 ཆོས་རྣམས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་དག་རྣམས་ཡོད་ན། དེ་དག་ཡོངས་སུ་བཟད་  
 འགྱུར་གང་། མེད་པ་དེ་དག་མི་བཟད་དེ། དེ་ཕྱིར་དེ་དག་བཟད་མེད་  
 གསུངས། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་བདག་དང་བདག་གི་བ་མེད་པར་རྟོགས་པས་གྲོལ་བ་ལ། བདག་དང་  
 བདག་གི་བ་མ་རིག་པ་ཅམ་གྱི་དབང་གིས་མ་དབྱེད་པར་བཏགས། དེ་གཉིས་མེད་  
 པར་རྟོགས་པས་གྲོལ་བའི་ཚུལ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

གང་ཞིག་རྣམ་པ་བདུན་གྱིས་བཅལ་ན། རྟག་པ་དང་མི་རྟག་པ་  
 ཉིད་རུ་མི་སྲིད་ཅིང་གང་ཞིག་གིས་མེད་པ་ཉིད་མ་མཐོང་ཞིང་མ་

རིག་པའི་དབང་གིས་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་ཞེན་པར་བྱས་ནས་འཇིག་  
ཚོགས་ལ་ལྟ་བས་འདི་ནི་བདག་གོ་སྟམ་ཏུ་མངོན་པར་ཞེན་པ་  
ནམས་འཁོར་བར་འགྱུར་ལ།

གང་ལ་རྟག་ཏུ་འགྲོ་ནམས་ངར་འཇིན་སྟོ། །

རབ་ཏུ་འབྱུང་ཞིང་དེ་ཡི་གང་ཡིན་དེར། །

ང་ཡིར་འཇིན་སྟོ་འབྱུང་བའི་བདག་དེ་ནི། །

མ་བརྟགས་བྲགས་ལར་གཏི་ཕྱག་ལས་ཡིན་ནོ། ། ༡༧༤

གང་ཞིག་ཡོངས་སུ་ཚོལ་བ་ནི་ཐུ་སྟེགས་པ་དེའི་རིགས་པས་མི་  
འཐད་པས་དེའི་རང་བཞིན་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལྷག་ཏུ་གྱུར་པ་ཐམས་ཅད་  
ཐུང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་ཞེན་ཞིང་། རང་གི་སྡེ་པ་ནམས་ཀྱིས་གྱང་  
ཐུང་པོ་ལས་ཐ་དད་པར་བདག་མེད་དོ་སྟམ་ཏུ་འབྲུལ་པས་ཐུང་  
པོ་ཅམ་ཉིད་བདག་ཏུ་ཁས་སྤངས་པ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཉེ་  
བར་བསྟན་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལྷག་པར་ཁོང་ཏུ་ཆུད་པ་ནམས་ནི་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ་སྟམ་ཏུ་རིག་པར་བྱས་ནས་ལན་བརྒྱར་ཡོངས་  
སུ་གྲོལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ནི་བདག་ཡིན་ཞིང་། འགྲོ་བ་མི་དང་། ཡི་  
དྲགས་དང་། ཏུད་འགྲོ་ལ་སོགས་པའི་འགྲོ་བར་གནས་པ་མི་ཤེས་  
པ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ་མཐའ་དག་ལ་རྟག་ཏུ་གང་ཞིག་ལ་ངར་  
འཇིན་པའི་སྟོ་འབྱུང་བ་དེ་དག་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱ་ལ། གང་ཏུ་  
འདི་དབང་བྱེད་པ་ཉིད་དམ་འབྲེལ་བ་འགའ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་པ་འདི་  
གདགས་པའི་སྟེན་མིག་ལ་སོགས་པ་ནང་གི་བདག་ཉིད་ཅན་དང་།

ཕྱི་རོལ་གང་ཡིན་པ་དེར་བདག་གིར་འཛིན་པའི་སྒོ་འབྱུང་བ་དང་  
བདག་དེ་ནི་ཤེས་པ་ལས་གྲུབ་པ་ཡིན་གྱི་རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་དེ་གཉིས་མེད་པར་རྟོགས་པས་གྲོལ་བའི་ཚུལ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་འདི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མོད་གྱི་འོན་ཀྱང་གཉི་མུག་ལས་  
ཐ་སྟད་འདོགས་པ་དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར། རྣལ་འབྱོར་པ་དག་གིས་རྣམ་པ་  
ཐམས་ཅད་དུ་མ་དམིགས་ལ། དེ་མ་དམིགས་ན་ཡང་མིག་ལ་སོགས་  
པ་དེའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་རྣམས་མི་འབྱུང་བར་འགྱུར་རོ། །

འདི་ལྟར་རྣལ་འབྱོར་པས་ནི་དངོས་པོ་འགའ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་  
བོ་དམིགས་པ་མེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་འཁོར་བ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་  
འགྱུར་རོ། །ཇི་སྟངས་དུ།

ནང་དང་ཕྱི་རོལ་ཉིད་དག་ལ། །བདག་དང་བདག་གི་སྟམ་ཟད་  
ན། །ཉེ་བར་ལེན་པ་འགག་འགྱུར་ཁིང་། །དེ་ཟད་པས་ན་སྦྱེ་བ་ཟད། །  
ཅེས་གསུངས་སོ། །ཡང་ཇི་ལྟར་བདག་མེད་ན་བདག་གི་བ་ཡང་མེད་  
ཅེ་ན། བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་བྱེད་པོ་མེད་ཅན་ལས་མེད་པ། །

དེ་ཕྱིར་བདག་གི་བདག་མེད་པར་ཡོད་མིན། །

དེ་ཕྱིར་བདག་དང་བདག་གི་སྟོང་སྟོང་ཞིང་། །

རྣལ་འབྱོར་པ་དེ་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར། །༡༥༥

ཇི་ལྟར་རྩ་མཁན་མེད་པར་བུམ་པ་ཡང་མི་སྲིད་པ་དེ་བཞིན་དུ་

བདག་མེད་པར་བདག་གི་བ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་བདག་དང་  
བདག་གི་ཉེ་བར་མ་དམིགས་པས་ལམོར་བ་མ་གཟིགས་པ་ན་ནལ་  
འབྱོར་པ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །

གཟུགས་ལ་སོགས་པ་མ་དམིགས་ན་ནི་དེ་ལ་དེར་གཏོགས་པའི་  
འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་མི་འབྱུང་བས། ཉན་ཐོས་དང་རང་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ལེན་པ་མེད་པར་ཟུང་ན་ལས་འདའ་བར་རྣམ་  
པར་གཞག་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ནི་བདག་མེད་པར་  
མཐོང་དུ་བྱིན་ཀྱང་སྒྲིང་རྗེའི་གཞན་གྱི་དབང་གི་བྱང་ཆུབ་གྱི་བར་དུ་  
སྲིད་པའི་རྒྱན་འཛིན་པར་བྱེད་པས་མཁས་པས་ངེས་སྒྲུབ་བཤད་པའི་  
བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་བཅའ་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་དེས་རིགས་ཅན་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་བསྟན་  
པ་ལ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ནས་བཏགས་པར་བསྟན། རྒྱ་འབྲས་ལ་བྱི་བྲག་  
དུ་དབྱད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། དངོས་པོ་རྣམས་དབྱད་ན་མི་རྟོག་ཀྱང་གྲགས་པ་  
ཅམ་གྱིས་བཞག །ཐ་སྟོང་ཐམས་ཅད་བདེན་པ་གཉིས་དང་མི་འགལ་བ་གཉིས་ཀྱི།  
དང་པོ་ནི།

ངེས་ལྟར་བདག་དང་དེའི་ཉེ་བར་ལེན་པ་གདགས་པ་ཤིང་རྟའི་  
རྣམ་པར་དབྱད་པ་དང་མཚུངས་པ་དེ་བཞིན་དུ། དངོས་པོ་གཞན་  
རྣམས་ཀྱི་འང་ཡིན་ནོ་ཞེས་བསྐྱེ་བའི་ཕྱིར།

བྱམ་པ་སྣམ་བྱེད་ཀྱི་ཕྱི་དམག་དང་ནགས་ཆལ་བྲིང་བ་སྟོན་གིང་དང་། །

ཁང་བྱིམ་གིང་རྟ་ཕྱན་དང་འབྲོན་གནས་ལ་སོགས་དངོས་རྣམས་གང་དག་དང་། །

ཞེས་བྱ་བ་སྒྲོས་ཏེ།      དེ་ནམས་ཤིང་རྟའི་ནམ་དབྱེད་བྱས་པས་  
ནམ་བདུན་ཡོད་མིན་ཞིང་། །དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པར་འཇིག་རྟེན་  
གྲགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་དང་སྒྱུར་རོ། །གང་  
ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་རིགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་གཞན།

དེ་བཞིན་གང་དག་སྒྲོ་ནས་སྒྱེ་འདིས་བསྐྱེད་པ་དེ་ནམས་རྟོགས་བྱ་སྟེ། །

མ་བརྟགས་པར་གྲགས་པ་ཁོ་ནར་རོ། །ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན།  
གང་སྤྱིར་བྱུང་དབང་དེ་ནི་འདི་ག་རྟེན་ལྷན་ཅིག་སྒྱུར་མི་མཛད་སྤྱིར་རོ། །༡༧༤  
འཇིག་རྟེན་ང་དང་ལྷན་ཅིག་སྒྱུར་གྱི་ང་ནི་འཇིག་རྟེན་དང་མི་  
སྒྱུར་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་ལུང་ལས་ན་འཇིག་རྟེན་གྱི་གྲགས་པ་ལ་གཞོན་  
པར་མི་བྱའོ། །

གཉིས་པ་ཐ་སྐད་ཐམས་ཅད་བདེན་པ་གཉིས་དང་མི་འགལ་བ་ནི།  
ཡང་འཇིག་རྟེན་དངོས་པོ་གང་དག་གིས་ངི་ལྟར་ཐ་སྐད་  
འདོགས་ཤེ་ན། དེ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ།  
ཡོན་ཏན་ཡན་ལག་འདོད་ཆགས་མཆན་ཉིད་དང་ནི་བྱད་ཤིང་ལ་སོགས་དང་།  
ཡོན་ཏན་ཅན་ཡན་ལག་ཅན་ཆགས་དང་མཆན་གཞི་མེ་ལ་སོགས་དོན་དག །  
དེ་ནམས་ཤིང་རྟའི་ནམ་དབྱེད་བྱས་པས་ནམ་བདུན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞིང་། །  
དེ་ལས་གཞན་དུ་གྱུར་པར་འཇིག་རྟེན་གྲགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཡོད་པ་ཡིན། །༡༧༥  
ངི་ལྟར་བྱམ་པ་ཡན་ལག་ཅན་ཡིན་ལ་གྱུ་མོ་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་  
དེའི་ཡན་ལག་ཡིན་ཞིང་། བྱམ་པ་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན་ལ། མེ་རིས་སྒྲོ་  
བསངས་ལ་སོགས་པ་དག་འདིའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་ཞིང་། བྱམ་པ་མཆན་





ཤོས་ཡོད་པ་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་དག་  
རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །ཅི་སྟེ་ཁྱོད་དེ་གཉིས་  
རང་གི་ངོ་བོས་གྲུབ་པར་སེམས་ན་གྱུ།

གཉིས་པ་མིན་ན་མི་འཐད་པ་ནི།

གང་ལས་གང་ཞིག་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་ལས་སྤར་གང་ཞིག་འགྱུར་དེ་སྒྲོས། །༡༥༥

ཅི་རྒྱུའམ། འབྲས་བུ་སྤར་གྲུབ་པ་གང་ལས་རྒྱུའམ། འབྲས་བུར་སྐྱེ་  
བར་འགྱུར་བ་དེ་གཉིས་ལས་དང་པོ་རྒྱུའམ། འོན་ཏེ་འབྲས་བུ་ཞིག་  
ཏུ་འགྱུར། །དེའི་སྤར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་གདགས་པ་ཡང་ཤིང་རྟ་ལྟར་  
རྒྱར་བྱས་ནས་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའི་རང་བཞིན་ལས་གྱུར་པ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱུ་འབྲས་རྣམས་སུ་གྲུབ་པ་དགག་པ་ལ། དངོས་དང་། མཚུངས་པ་སྤང་  
བ་གཉིས་གྱུ། དང་པོ་ལ། སྤང་མ་སྤང་བརྟགས་ནས་དགག། འཛོག་བྱེད་མེད་པའི་རྒྱ་  
མི་འཐད། དབུ་མ་པ་ལྟར་ན་མི་འགལ་བ་གསུམ་གྱུ། དང་པོ་ནི།

གཞན་ཡང་གལ་ཏེ་རྒྱས་འབྲས་བུ་རང་བཞིན་གྱིས་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
པ་སྤང་ནས་སམ་མ་སྤང་པར་སྐྱེད་པར་བྱེད་གང་། དེ་ལ་རེ་ཞིག་།

གལ་ཏེ་ཁྱོད་གྱུ་རྒྱུ་ཡིས་སྤང་ནས་འབྲས་སྐྱེད་བྱེད་ན་དེ་ཡི་ཆེ། །

དེ་དག་རྒྱས་པ་གཅིག་པ་སྐྱེད་བྱེད་འབྲས་བྱ་བ་དང་མེད་འགྱུར་ཞིང་། །

མོ་མོར་ན་ནི་རྒྱུ་འདི་རྒྱུ་མིན་ན་མས་དང་བྱེད་པར་མེད་འགྱུར་ལ། །

གཉིས་པོ་འདི་དག་སྤངས་ནས་རྟོག་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་མ་ཡིན། །༡༥༦

དེ་ལ་གལ་ཏེ་རྒྱས་འབྲས་བུ་སྤང་ནས་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་དེའི་ཆོ།

ཕྱད་པ་ཡིན་དང་། ཟུང་དང་། རྒྱ་མཚོའི་རྒྱ་ཕྱད་པ་ཐ་དད་མེད་པ་  
ལྟར་ཅིག་ཡིན་པས་དེ་ནི་རྒྱལ་། །འདི་ནི་འབྲས་བུའོ་ཞེས་ཁྱད་པར་  
མེད་པའི་ཕྱིར། གང་ཞིག་གང་གིས་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། །

ཅི་སྟེ་མ་ཕྱད་པར་སྐྱེད་པར་བྱེད་ན་ནི། དེའི་ཆོ་ངོ་ལྟར་མ་ཕྱད་  
པར་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་གཞན་མི་སྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་མ་ཕྱད་པར་  
འབྲས་བུ་ཡང་བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་མ་ཕྱད་བཞིན་དུ་  
བསྐྱེད་པར་བྱེད་ན་ནི་རིལ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་  
རང་བཞིན་དུ་སྐྱ་བ་ལ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ཕྱད་པ་དང་མ་  
ཕྱད་པ་དག་ལས་མ་གཏོགས་པའི་རྟོགས་པ་གསུམ་པ་གཞན་ཡང་  
སྤྱད་པ་མ་ཡིན་པས། རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་རྒྱས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་  
པར་མི་བྱེད་པ་ཁོ་ནས་ལོ། །

གཉིས་པ་འཛོག་བྱེད་མེད་པའི་རྒྱ་མི་འཐད་པ་ནི།

དེའི་ཕྱིར།

ཅི་སྟེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་སྐྱེད་པར་མི་བྱེད་དེ་ཕྱིར་འབྲས། །

གེས་བྱ་ཡོད་མིན་.....

གང་གི་ཆོ་རྒྱས་འབྲས་བུ་མི་སྐྱེད་པ་དེའི་ཆོ་འབྲས་བུ་མེད་པས།

.....འབྲས་བུ་རྒྱ་ནི་རྒྱ་མེད་ཅན་འགྱུར་ཡོད་པ་འདྲ་མིན། །

རྒྱ་རྒྱ་ཉིད་དུ་བྱ་བ་ལ་ནི་འབྲས་བུ་འབྱུང་བ་རྒྱ་ཡིན་ན། གལ་ཏེ་  
འབྲས་བུ་མེད་པར་ཡང་རྒྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ན་ནི། དེའི་ཆོ་རྒྱའི་རྒྱ་ཉིད་  
རྒྱ་མེད་པ་ཅན་དུ་འགྱུར་ན་འདི་ནི་འདོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་

ཕྱིར་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་གཉིས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་དབུ་མ་པ་ལྟར་ན་མི་འགལ་བ་ནི།

ཁྱོད་གྱི་ཅི་ལྟར་ཞེ་ན།

གང་ཕྱིར་འདི་དག་གཉིས་ཆར་ཡང་ནི་རྒྱ་མ་དང་འབྲ་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

བདག་ལ་སྟོན་དུ་མི་འགྱུར་འདི་གཉིས་པ་ཡི་དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱང་ཡོད། །<sup>1220</sup>

གང་གི་ལྟར་ན་རང་གི་མཆོན་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱ་བ་ཉིད་དང་  
སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཡིན་པ་དེ་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་པ་འདིར་འགྱུར་  
གྱི། གང་གི་ལྟར་ན་དངོས་པོ་རྣམས་ལོག་པར་ཀྱན་བརྟགས་པས་  
བསྐྱེད་པ་ཉིད་གྱིས་རྒྱ་མ་ལྟར་མ་སྐྱེས་པའི་རང་བཞིན་ཡིན་ཞིང་རང་  
བཞིན་མེད་ཀྱང་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་དམིགས་པའི་སྐྱ་ཤད་ལ་སོགས་པ་  
ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར་བ་དེ་ལ་ནི་བསམ་དུ་མེད་པ་  
ཉིད་དེ། དེའི་ཕྱིར་བདག་ལ་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྟོན་གྱི་སྐབས་ཡོད་  
པ་མ་ཡིན་ཞིང་། འཇིག་རྟེན་པའི་དངོས་པོ་མ་བརྟགས་པར་གྲུབ་པ་  
རྣམས་ཀྱང་ཡོད་པ་ཡིན་པས་ཐམས་ཅད་འགྲུབ་པོ། །

གཉིས་པ་མཚུངས་པ་སྤང་བ་ལ། མྱོགས་སྤྲོམ་དང་། ལན་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ།  
མཚུངས་པ་འགོད་པ། དེས་ན་སུན་འབྲིན་དུ་མི་འགྱུར་བ། སྟོན་གཞན་ཡང་བསྟན་པ་  
གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

འདིར་ཁ་ཅིག་ལན་དུ་འདི་སྐད་དུ་ཅི་རྒྱས་འབྲས་བུ་སྤང་ནས་  
སྐྱེད་པར་བྱེད་དམ། འོན་ཏེ་མ་སྤང་པར་ཡིན་ཞེས་གང་སྤྲོས་པས་  
འདིར་ཁྱོད་ལ་ཡང་བཀལ་ཞིང་བརྟག་པ་མཚུངས་སོ། །ཅི་ལྟར་ཞེ་ན།

ལུན་འབྱེན་འདིས་ལུན་དབྱང་བྱ་ཤད་ནས་འབྱེན་ནམ་མ་ཤད་པར། །

ཡིན་ཞེས་ཉེས་པ་འདི་ནི་ཁྱོད་ལ་འདྲ་ལྡན་པ་མ་ཡིན་ནམ། །

གལ་ཏེ་ལུན་འབྱེན་པས་ལུན་དབྱང་བྱ་ཤད་ནས་ལུན་འབྱེན་པར་  
བྱེད་ན་ནི་དེའི་ཆེ་ཉེས་པ་དེ་ཉིད་རུ་འགྱུར་རོ། །འོན་ཏེ་མ་ཤད་པར་  
ཡིན་ན་དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་ཉིད་རུ་འགྱུར་རོ། །གཉིས་པོ་འདི་དག་སྤངས་  
ནས་རྟོགས་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་པར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན། །

གཉིས་པ་དེས་ན་ལུན་འབྱེན་རུ་མི་འགྱུར་བ་ནི།

གང་གི་ཆེ་དེ་ལྟར་ཁྱོད་ཀྱི་ལུན་འབྱེན་པ་ལ་ལུན་དབྱང་བྱ་ལུན་  
འབྱེན་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུན་འབྱེན་པ་  
ཉིད་ལུན་ཐུང་བ་ཡིན་པས་ཤུགས་ཀྱིས་རྒྱ་དང་འབྲས་བུའི་དངོས་པོ་  
ཡང་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་སྤྲོས་པ།

གང་ཆེ་དེ་སྐད་སྤྱི་ཞིང་རང་སྤྱོད་ཀྱིས་ཁོ་ན་ནམས་འདྲོམས་པ། །

དེ་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱི་ལུན་དབྱང་ལུན་ནི་འབྱེན་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །༡༥༡

གསུམ་པ་སྟོན་གཞན་ཡང་བསྟན་པ་ནི། གཞན་ཡང་།

གང་གི་རང་གི་ཆེ་གལ་འདྲ་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ལྟ་ཆོད་ཀྱི། །

རིགས་པ་མེད་པར་དངོས་མཐའ་དག་ལ་སྐྱར་འདེབས་དེ་ཡི་བྱིར། །

ཁྱོད་ནི་སྤྱོད་པོ་དམ་པས་བཞེད་མི་འགྱུར་ཞིང་གང་གི་བྱིར། །

ཁྱོད་ལ་རང་སྤྱོད་ཀྱིས་མེད་པས་ལུན་ཅི་བྱིན་དུ་རྟོགས་པ་འདྲ་ཡིན། །༡༥༢

དེ་ལ་རང་གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བར་འགྱུར་བར་མཚུངས་པ་ཉིད་  
ནི་སྤྲོས་ཟིན་ཏོ། །རིགས་པ་མེད་པར་དངོས་མཐའ་དག་ལ་སྐྱར་

འདི་བས་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བཤད་པར་བྱའོ། །གང་མ་སྤང་པར་མཚུངས་  
པས་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་བྱ་བ་འདི་ལ་རིགས་  
པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། འདི་ལྟར་ཁབ་ལེན་གྱིས་མ་སྤང་པ་ཉིད་རུ་རུང་  
བའི་ཡུལ་ན་གནས་པའི་ལྷགས་འདྲེན་པར་བྱེད་གྱི་ཐམས་ཅད་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་རུ་མིག་གིས་མ་སྤང་པ་ཁོ་ནར་རུང་བའི་ཡུལ་ན་  
གནས་པའི་གཟུགས་མཐོང་གི་ །རིལ་ནི་མ་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་རུ་རྒྱས་  
ཀྱང་མ་སྤང་པར་བསྐྱེད་རུ་བྱིན་ཀྱང་མ་སྤང་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པར་  
མི་འགྱུར་གྱི། འབྲས་བུ་རུང་བ་ཁོ་ན་སྐྱེད་པར་འགྱུར་རོ། །

གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་རིགས་པ་མེད་པར་དངོས་པོའོ་ཅོག་ལ་སྐྱར་  
བ་འདི་བས་པ་དེའི་ཕྱིར་ཁྱོད་སྐྱེ་བོ་དམ་པས་བཞེད་པར་མི་འགྱུར་  
རོ། །གཞན་ཡང་ཁྱོད་ནི་སུན་ཅི་ཕྱིན་རུ་རྒྱལ་བ་པ་ཉིད་རུ་ཡང་འགྱུར་  
ཏེ། རང་གི་སྟོགས་གཞག་པ་དང་བྲལ་ཞིང་གཞན་གྱི་སྟོགས་སེལ་བ་  
ཅམ་ལ་ཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་ནི་སུན་ཅི་ཕྱིན་རུ་རྒྱལ་བ་པ་ཞེས་བྱ་བའོ། །  
ཁྱོད་ལ་ནི་རང་གི་སྟོགས་འགའ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། ཁྱོད་གྱི་  
ནམ་པར་དབྱུང་པ་ནི་གཞན་གྱི་སྟོགས་སེལ་བ་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ་  
ཞེས་སྒྲུས་སོ། །

གཉིས་པ་ལན་ལ། ཐལ་བ་མི་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན། རང་བཞིན་མེད་  
ཀྱང་སུན་འབྱེན་གྱིས་སུན་འབྱེན་རྒྱས་པར་དཔེས་སྐྱབ། གཞན་གྱི་འདོད་པ་མ་རྟོགས་  
པར་དགག་པ་བྱེད་པ་མི་རིགས། ལམ་བཟང་བཏང་ནས་ལམ་ངན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་  
ལ་གནོད་པར་རིགས། སུན་འབྱེན་གྱི་ལམ་གཞན་ཡང་རྒྱ་ཆེར་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དང་

ལྷའི་དང་པོ་ནི།

འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

སུན་འབྲིན་པས་སུན་དབྱུང་བྱ་མ་པུད་སུན་ནི་འབྲིན་བྱེད་དམ། །

འོན་ཏེ་པུད་ནས་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་ཟིན་ཉེས་པ་འདིར་གང་ལ། །

དེས་པར་སྟོགས་ཡོད་དེ་ལ་འགྱུར་གྱི་བདག་ལ་སྟོགས་འདི་ནི། །

ཡོད་པ་མིན་པས་ཐལ་བར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་སྤྲིད་མ་ཡིན། །༡༥༩

དེ་ལ་རང་གི་ཚིག་ལའང་ཐལ་བ་མཚུངས་པའི་ལྷག་ཚད་ཀྱིས། །

ཞེས་གང་སྒྲུས་པ་ནི་ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྟོགས་ལ་མཚུངས་པར་ཐལ་བར་

མི་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྤྲིར་ཁོ་བོ་ཅག་གི་སྟོགས་ལ་ནི་སུན་འབྲིན་པས་

སུན་དབྱུང་བར་བྱ་བ་པུད་ནས་ཀྱང་སུན་འབྲིན་པར་མི་བྱེད་པ་ཉིད་

ལ་སུན་འབྲིན་པས་སུན་དབྱུང་བར་བྱ་བ་མ་པུད་པར་ཡང་སུན་

འབྲིན་པར་མི་བྱེད་དེ། སུན་འབྲིན་པ་དང་སུན་དབྱུང་བྱ་གཉི་ག་རང་

བཞིན་གྱིས་མ་གྱུབ་པའི་སྤྲིར་རོ། །དེའི་སྤྲིར་པུད་པ་དང་མ་པུད་པའི་

བསམ་པ་མི་བྱེད་དོ། །

ཇི་སྐད་དུ། ཚེ་དང་ལྷན་པ་རབ་འབྱོར། ཅི་སྐྱེས་པའི་ཚས་གྱིས་མ་

སྐྱེས་པའི་ཐོབ་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར་རམ། འོན་ཏེ་མ་སྐྱེས་པའི་ཚས་

གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི་ཐོབ་པ་འཐོབ་པར་འགྱུར། རབ་འབྱོར་གྱིས་སྒྲུས་པ།

ཚེ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རིའི་བུ། ཁོ་བོ་ནི་སྐྱེས་པའི་ཚས་གྱིས་མ་སྐྱེས་པའི་

ཐོབ་པ་འཐོབ་པར་མི་འདོད་ལ། མ་སྐྱེས་པས་ཀྱང་མ་སྐྱེས་པའི་ཐོབ་

པ་འཐོབ་པར་མི་འདོད་དོ། །ཤུ་རིའི་བུས་སྒྲུས་པ། ཚེ་དང་ལྷན་པ་

རབ་འབྱོར། ཡང་ཅི་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་མེད་དམ།  
 རབ་འབྱོར་གྱིས་སྒྲས་པ། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ། ཐོབ་པ་ཡང་ཡོད་  
 མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡ་ཡོད་མོད་ཀྱི། གཉིས་ཀྱི་ཚུལ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་  
 བོ། ཆོ་དང་ལྷན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ། ཐོབ་པ་དང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་རུ་ཡིན་ལ། རྒྱུ་རུ་ཞུགས་པ་དང་། ལན་ཅིག་  
 སྤྱིར་འོང་བ་དང་། སྤྱིར་མི་འོང་བ་དང་། དགྲ་བཅོམ་པ་དང་། རང་  
 སངས་རྒྱས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་  
 རུ་ཡིན་གྱི་དོན་དམ་པར་ནི་ཐོབ་པ་མེད་ཅིང་མངོན་པར་རྟོགས་པ་  
 མེད་དོ། །ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་ངི་ལྟར་གཉིས་སུ་ཐལ་བར་འགྱུར་བའི་སྤྱིར་སྒྲེས་པའམ། མ་  
 སྒྲེས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་ཐོབ་པ་འཐོབ་པ་བཀག་ཅིང་གཉིས་ཀྱང་དངོས་  
 པོ་མེད་པ་ལ་མི་རིགས་པའི་སྤྱིར། མ་བརྟགས་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་  
 སྙད་རུ་ཐོབ་པར་ཁས་སྤངས་པ་དེ་བཞིན་རུ། སུན་དབྱུང་བར་བྱ་བ་  
 དང་སུན་འབྱེན་པ་དག་ཀྱང་སྤང་པའམ། མ་སྤང་པར་མ་ཡིན་མོད་  
 ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཐ་སྙད་རུ་སུན་འབྱེན་པས་སུན་དབྱུང་བ་སུན་འབྱེན་  
 པར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་རང་བཞིན་མེད་ཀྱང་སུན་འབྱེན་གྱིས་སུན་འབྱེན་རྣམས་པར་དཔེས་  
 སྒྲུབ་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

ངི་ལྟར་བྱོད་གྱིས་ནི་མཆོད་དཀྱིལ་འཁོར་ལ་ཡོད་བྱུང་པར་ནམས། །

གཟུགས་བརྟན་ལ་ཡང་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་ནམ་འཕེ་མཐོང་འགྱུར་ལ། །

ཉི་མ་དང་ནི་གཟུགས་བརྟན་ནམ་ལ་དང་དང་མ་ཕྱད་ལར། །

མི་དགས་མོད་ཀྱི་བརྟན་ནས་ཐ་སྙད་ཅམ་ཞིག་འབྱུང་འགྱུར་ཞིང་། ། ༡༧༤

མི་བདེན་བཞིན་དུ་འད་རང་གི་བྱད་བཞིན་མཐོང་ས་ལར་སྐྱབ་བྱའི་བྱིར། །

དེ་ནི་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་འདྲི་ཡང་ཤེས་རབ་གདོང་། །

སྐྱབ་ལར་བྱ་ལ་རྒྱས་པ་མཐོང་ལར་གྱུར་བའི་གཏན་ཆིགས་ནི། །

འཐད་པ་དང་བྲལ་ལས་ཀྱང་བསྐྱབ་བྱ་རྟོགས་ཞེས་ཤེས་ལར་བྱ། ། ༡༧༥

རི་ལྟར་གཟུགས་བརྟན་ཞེས་བྱ་བ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་  
ཡིན་པའི་བྱིར་ན། ཉི་མའི་དཀྱིལ་ལོར་དང་ཕྱད་པའམ་མ་ཕྱད་  
པར་སྐྱེ་ཞེས་བྱ་བའི་རྟོགས་པ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་སྲིད་མོད་  
ཀྱི། འོན་ཀྱང་ཁྱེན་གཟུགས་ཉི་བ་ལས་གཟུགས་བརྟན་དུ་དམིགས་པ་  
ལ་རྟོགས་པར་འདོད་པའི་དོན་ངེས་པར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། རང་  
བཞིན་གྱིས་སྟོང་པའི་སྲུན་འབྲིན་པས་སྲུན་དབྱུང་བྱ་སྲུན་འབྲིན་པ་  
དང་། རང་བཞིན་གྱི་སྟོང་ཞིང་འཐད་པ་དང་བྲལ་བའི་གཏན་ཆིགས་  
གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་སུ་ཐལ་བར་ཡང་མི་  
འགྱུར་བས་རང་གི་ཆོག་ལའང་ཐལ་བ་ལ་མཚུངས་པར་མི་དགས་སོ་  
ཞེས་ཤེས་པར་བྱའོ། །

ཤེས་རབ་ཉིད་གདོང་ཡིན་པས་ཤེས་རབ་གདོང་ངོ་། །དེ་སྐྱབ་བ་  
ནི་མ་དག་པ་སྤངས་པས་ཡོངས་སུ་དག་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལ་རྒྱས་པ་



མཐོང་བར་གྱུར་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དེར་རྒྱས་མཐུ་ཅན་དུ་མཐོང་བ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །གང་གི་ཕྱིར་བཏགས་པར་ཡོད་པ་ནམས་ལ་  
 གཉིས་སུ་སྒྲིབ་བ་འདི་མི་རིགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། གཉིས་ལ་བརྟེན་  
 བས་སུན་འབྱེན་པ་དང་ལན་སྒྲིབ་སེམས་དབུ་མ་པ་ལ་ནམ་པ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་སྒྲགས་མི་རྟེན་དོ། །རྫི་སྐད་དུ། འཕགས་པའི་ལྷས།

ཡོད་དམ་མེད་དང་ཡོད་མེད་ཅེས། །གང་ལ་སྒྲུགས་ནི་ཡོད་མིན་  
 པ། །དེ་ལ་ཡུལ་ནི་རིང་པོ་ལའང་། །ཁྲན་ཀ་བཟོད་པར་རྒྱས་མ་ཡིན། །  
 ཞེས་བྱ་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ།

སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱིས་བཙུང་བྱས་ཏེ། །གང་ཞིག་ལན་འདེབས་སྒྲིབ་  
 བྱེད་པ། །དེ་ཡིས་ཐམས་ཅད་ལན་བཏབ་མིན། །བསྐྱབ་པར་བྱ་དང་  
 མཚུངས་པར་འགྱུར། །ཞེས་བྱ་གསུངས་སོ། །འདིས་ནི་སྐྱེད་པར་བྱེད་  
 པའི་རྒྱ་ཡང་ནམ་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་ཁ་ཅིག་དབུ་མ་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་འདིར་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱའི་སྐབས་སུ་བབ་པ་ཡིན་  
 གྱི་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལ། སྤང་པ་དང་མ་སྤང་པའི་བཀལ་  
 བ་ཡང་གསལ་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་ཡིན་གྱི་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་ནི་  
 མ་ཡིན་པས་ཁོ་བོ་ཅག་གི་ཚིག་ནམས་ལ་ལྷག་ཆོད་ཀྱི་སྐབས་མེད་པ་  
 ཉིད་དོ་ཞེས་གང་སྒྲིབ་པར་བྱེད་པ་དེའི་འདི་ནི་ལན་མ་ཡིན་ཏེ། གང་  
 གི་ཕྱིར་སྒྲགས་དང་བཅས་པའི་དངོས་པོ་བཟོད་ན་པ་རོལ་པོ་མི་  
 བཟོད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལྟར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་  
 ཡང་སྒྲགས་ཡོད་པ་ཡིན་པས་དེའི་ལན་མི་རིགས་པ་ཉིད་དོ། །

གཞན་ཡང་འདིས་བསྟན་བཅོས་སུ་དམ་བཅས་པའི་དོན་སྦྱབ་  
 པའི་ཕྱིར་ཡོངས་སུ་བབྱང་བའི་སྦྱབ་བྱེད་གྱིས་སུན་འབྱེན་པ་རྣམས་  
 ལ་ལྟག་ཆོད་འགོད་པར་བྱེད་པའི་ལན་སྟེ་བར་བྱེད་པ་དེའི་ཕྱིར། འདི་  
 བྱི་གཞན་གྱིས་སུན་དབྱང་བར་བྱ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ཁོ་ཙོ་ཅག་གིས་  
 བཏབ་པའི་ལན་ཁོ་ན་ཆེས་མངོས་སོ། །

གསུམ་པ་གཞན་གྱི་འདོད་པ་མ་རྟོགས་པར་དགག་པ་བྱེད་མི་རིགས་པ་ནི།

གཞན་ཡང་།

གལ་ཏེ་རང་གི་བསྐྱབ་བྱ་གོ་བྱེད་གཏན་ཆིགས་དངོས་བྱུང་དང་། །

དངོས་སུ་གོ་བྱ་ཉིད་འབྱུར་བསྐྱབ་བྱའི་རོ་བོ་འད་ཡོད་བྱུར་ན། །

ཕྱད་ལ་ལ་སོགས་དིགས་ལ་ཉེ་བར་སྦྱོར་བར་འབྱུར་ཞིག་ན། །

དེ་ཡང་ཡོད་ལ་མིན་ལས་ཁྱོད་གྱི་ཡི་ཆད་འབའ་ཞིག་ཡིན། ། ༡༧༦

ཡོངས་སུ་དག་པའི་ཕྱོགས་གྱི་སྦྱོར་ཡོངས་སུ་མ་དག་པའི་ཕྱོགས་  
 གྱི་སྟེང་དུ་དགོད་པ་ཁྱོད་ནི་ཁོ་ཙོ་ཅག་ལ་དོན་མེད་པར་ཡིད་འབྱང་  
 བ་ཁོ་ན་ཡིན་པར་རྟོགས་ཏེ། དཔེར་ན། རབ་རིབ་ཅན་གྱིས་དམིགས་  
 པའི་སྒྲ་ཤད་ལ་སོགས་པ་རྣམས་གྱི་གཅིག་ཉིད་དང་། མང་པོ་ཉིད་  
 དང་། རིང་པོ་ཉིད་དང་། ལྷུ་པོ་ཉིད་དང་། རྟག་པོ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཕྱོགས་སུན་འབྱེན་པས། རབ་རིབ་མེད་པ་རྣམས་ལ་མི་གཞོད་པ་དེ་  
 བཞིན་དུ། རང་བཞིན་མེད་པའི་རྒྱ་དང་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་དཔྱོད་  
 པ་ན། ཁྱོད་གྱིས་གཉིས་ཡོངས་སུ་བབྱང་ནས་སུན་འབྱེན་པ་བཀོད་  
 པས་ཀྱང་མི་གཞོད་དོ། །དེ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་གང་དག་མིག་དང་ཁབ་ལེན་

ལ་སོགས་པ་མ་ཐུང་པར་རང་གི་བྱ་བ་བྱེད་པར་སྒྲུང་བར་བཞག་པ་  
དཔེ་དེ་དག་ཀྱང་བཀག་པར་རིག་པར་བྱ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཡང་ཐལ་  
བར་འགྱུར་བ་མཚུངས་པའི་སྤྱིར་རོ།

བཞི་པ་ལམ་བཟང་བཏང་ནས་ལམ་ངན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ལ་གཞོད་པར་མི་  
རིགས་པ་ནི།

གང་ཞིག་བྱོད་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ལམ་དྲང་པོ་བཏང་  
ནས་རྟོག་གི་ངན་པའི་ལམ་ཤིན་ཏུ་འབྱོག་པ། རང་གི་རྣམ་པར་རྟོག་  
པའི་བཟོ་པོ་ངན་པས་སྒྱུར་བས། ཡང་དག་པའི་ལམ་འགོགས་པར་  
བྱེད་པར་སློབ་ཏེ་པོར་ཆོགས་ཆེ་བ་འདིས་བྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་བྱ།

གཞན་ཡང་།

དངོས་རྣམས་མཐའ་དག་དངོས་པོ་མེད་པར་རྟོགས་སུ་གཞུག་པར་ནི། །

རྒྱས་པ་ཆེས་སྤྲི་རྩི་ལྟ་དེ་ལྟར་རང་བཞིན་གཞན་དག་ལ། །

ཁོང་ཏུ་ཐུག་པར་བདེ་ཐྲག་ཏུ་ནི་རྒྱས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

རྟོག་གི་ངན་པའི་བྱ་བས་འཇིག་རྟེན་ཅི་སྟེ་འདིར་བཅོལ་བྱེད། །<sup>༡༥༥</sup>

རི་ལྟར་མི་ལམ་དང་སྐྱུ་མ་ལ་སོགས་པ་རང་གི་སྤྱོད་པ་ལ་གྲུབ་  
པའི་དཔེ་རྣམས་ཁོ་ནས། འཇིག་རྟེན་གྱི་དངོས་པོ་རང་བཞིན་མེད་པ་  
ཉིད་ཏུ་རྟོགས་སུ་གཞུག་པར་རྒྱས་པ་དེ་ལྟར། འགའ་ཞིག་དངོས་པོ་  
རྣམས་རང་བཞིན་དང་བཅས་པར་བཞིན་ཏུ་གཞུག་པར་རྒྱས་པ་སྤྲི་  
བ་མ་ཡིན་ཏེ། གཉི་ག་ལ་གྲགས་པའི་དཔེ་མེད་པའི་སྤྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་  
ཡིན་དང་། ཁོ་པོས་ཚུད་པ་ཐམས་ཅད་བསྐྱོག་པ་ཡིན་ལ་ལན་ཡང་

སུས་ཀྱང་བརྗོད་པར་རུས་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

དེའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ལ་དོན་མ་ཡིན་པ་བྱ་བའི་ཕྱིར། སུ་ཞིག་གི་  
སྤེང་ཅིང་བྱོང་འཇིག་རྟེན་ཉོན་མོངས་དར་གྱི་སྤྱོད་བྱ་ལྟར་རང་གི་  
རྟོག་པའི་སྤྱབས་གྱི་གཏུམས་པའི་སྤྱོད་ཏུ་རྟོག་གི་ངན་པའི་སྤྱད་བྱས་  
བྲེས་པའི་རྒྱ་ཤིན་ཏུ་བསྐྱུན་ཏེ་མ་ཀྱན་ནས་འཇུགས་པར་ཅི་སྟེ་བྱེད།  
ཚོད་པ་འདི་ནི་དོར་བར་བྱ་དགོས་ཏེ། དངོས་པོ་གཟུགས་བརྟན་  
དང་འབྲ་བས་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་རང་གི་མཆོན་ཉིད་མེད་ཅིང་  
སྤྱིའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་མེད་ལ་མངོན་སུམ་མམ་རྗེས་སུ་དཔག་པའང་  
ཅི་ཞིག་ཡོད། འདིར་ནི་མངོན་སུམ་གཅིག་ཉིད་ཁོ་ནར་བྱེད་དེ་གང་  
ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་སོ། །

ལྷ་པ་སུན་འབྱིན་གྱི་ལམ་གཞན་ཡང་རྒྱ་ཆེར་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ནི།

གཞན་ཡང་།

སུན་འབྱིན་ལྷག་མ་གྲོང་དུ་བསྐྱུན་པ་ཡང་ནི་ཤེས་བྱས་ནས། །

ཕྱད་པ་ལ་ལོགས་ཕྱོགས་གྱི་ལན་གྱི་ཆེད་དུ་འདི་གཏང་བྱ། །

སུན་ཅི་བྱིན་དུ་རྒྱལ་བ་པོ་ཡང་ནི་ལྷར་ཡོད་མིན་ལ། །

དེ་སྐད་སྐར་བཤད་ལྷག་མ་ཕྱོགས་འདི་ཉིད་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ། ། ༡༧༤

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་རྣམ་པར་གཞག་པ་དང་བརྟེན་  
ནས་གདགས་པ་རྣམ་པར་གཞག་པ་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་ལ་སུན་འབྱིན་  
པ་གང་བཤད་པ་དེ་ཉིད་ལས་སུན་འབྱིན་པ་ལྷག་མ་ཤེས་པར་བྱས་  
ནས། ཅི་རྒྱས་འབྲས་བུ་ཕྱད་ནས་སྤྱོད་པར་བྱེད་དམ། འོན་ཏེ་མ་ཕྱད་

པར་ཞེས་བྱ་བའི་སུན་འབྲིན་པའི་ལན་གྱི་དོན་དུ་གང་གིས་སྒྲུས་པ་  
 དེ་ལ་སུན་འབྲིན་གཏང་བར་བྱའོ། །བསྟན་བཅོས་ལས་ནི་རྟོག་པ་ལྟོག་  
 པ་ཉིད་བརྗོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བསྟན་  
 ཟེན་པའི་ཕྱིར། བསྟན་བཅོས་ལས་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་རྟོག་པ་ཉིད་ག་ལ་  
 ཡོད། འདིར་བདག་གིས་གཞན་གྱི་སྟོགས་བསལ་བར་བྱས་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། བསལ་བར་བྱ་བའི་དངོས་པོ་མེད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་  
 ཕྱིར་སུན་ཅི་ཕྱིན་དུ་རྟོག་པ་པ་ཉིད་ག་ལ་ཡོད། གང་གིས་ན་མཆོན་  
 ཉིད་བྱས་པ་འདི་ཡང་དག་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་སུས་རང་  
 གི་སྟོགས་གཞན་ཅིང་གཞན་གྱི་སྟོགས་བརྟུན་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སུན་ཅི་  
 ཕྱིན་དུ་རྟོག་པའི་མཆོན་ཉིད་འདི་ནི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རིགས་  
 སོ། །དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སུན་འབྲིན་ལྟག་མ་ནི་སྟོགས་འདི་ཉིད་ཀྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་དེ་ཉིད་དེ་ལས་འབྱུང་མིན་ཞེས་བྱ་བ་ནས་  
 བརྒྱུམས་ཏེ། རྣམ་དཔྱད་པ་ན་ཟུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། ཞེས་བྱ་བའི་  
 བར་འདིས་ནི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་མདོན་པར་གསལ་བར་བྱས་  
 སོ། །ཉོན་མོངས་སྒྲིན་རྣམས་མ་ལུས་འཇིག་ཆོགས་ལ། ལྟ་ལས་འབྱུང་  
 བར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་ནས་འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་ནི་གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་པ་གསལ་བར་བྱས་སོ། །

གཉིས་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་འདི་སྟོན་ཞིང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་བརྗོད་  
 པར་འདོད་ནས་བཤད་པ།

བདག་མེད་འདི་ནི་འགྲོ་བ་རྣམ་དགྲོལ་ཕྱིར།

ཆོས་དང་གང་ཟག་དབྱེ་བས་རྣམ་གཉིས་གསུངས། །

བདག་མེད་པ་འདི་ནི་མདོར་བསྟུས་ནས་རྣམ་པ་གཉིས་སུ་  
གསུངས་ཏེ། ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་དང་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
པའོ། །ཡང་ཅིའི་ཕྱིར་བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་གཉིས་ཏེ་བར་བསྟན་  
ཞེ་ན། བཤད་པ། འགྲོ་བ་རྣམ་དགྲོལ་ཕྱིར་ཏེ། བདག་མེད་པ་རྣམ་པ་  
གཉིས་པོ་འདི་ནི་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་འགྲོ་བ་རྣམ་པར་དགྲོལ་  
བར་བྱ་བའི་དོན་དུ་ཉེ་བར་བསྟན་ཏོ། །

དེ་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་ནི་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་།  
ཉན་ཐོས་རྣམས་རྣམ་པར་དགྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་བསྟན་ལ་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཉིད་ཐོབ་  
པས་རྣམ་པར་དགྲོལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ནི་གཉི་ག་བསྟན་ཏོ། །ཉན་  
ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཉེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་  
འབྱུང་བ་རྒྱུ་ཉིད་འདི་པ་ཙམ་མཐོང་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་  
དག་ལ་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྒྲིམ་པ་མེད་དེ།  
ཁམས་གསུམ་ན་སྤྱོད་པའི་ཉན་ཐོས་པ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ཙམ་ཞིག་  
ནི་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ལ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་པ་མ་ལུས་པར་སྒྲིམ་  
པ་ནི་ཡོད་པར་རྣམ་པར་གཞག་གོ།

གཉིས་པ་སྤྱོད་ཉིད་བཅུ་དྲུག་གི་སྒྲིམ་བཤད་པ་ལ། མཚམས་སྒྱུར་བ་དང་།  
དོན་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་སྟོན་པས་སྒྲར་ཡང་འདི་ཉིད་ནི། །

གདུལ་བྱ་ནམས་ལ་བྱེ་སྟེ་ནམ་མང་གསུངས། ། ༡༡༩

བདག་མེད་པ་ནམ་པ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་སྒྲར་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གྱི་གདུལ་བྱའི་བསམ་པ་སྣ་ཚོགས་པ་ཉིད་གྱི་མང་པོར་བསྟན་ཏོ། །

གཉིས་པ་དོན་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན། རྒྱས་པར་བཤད། དོན་བསྟུ་བ་གསུམ་  
 གྱི་དང་པོ་ནི།

དེ་ལ།

སྟོས་དང་བཅས་པར་སྟོང་བ་ཉིད། །

བཟུ་བྱུག་བཤད་ནས་མདོར་བསྟུས་ཏེ། །

སྒྲར་ཡང་བཞིར་བཤད་དེ་དག་ནི། །

ཐེག་ཆེན་དུ་ཡང་བཞེད་པ་ཡིན། ། ༡༢༠

ངེ་སྐད་དུ། རབ་འབྱོར། གཞན་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། ༡ བར་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༢ བྱི་སྟོང་པ་  
 ཉིད་དང་། ༣ བྱི་བར་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༤ སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་  
 དང་། ༥ ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༦ དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་།  
 ༧ འདུས་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༨ འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་དང་།  
 ༩ མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༠ ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་  
 པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༡ དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༢ རང་  
 བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༣ ཚས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༤  
 རང་གི་མཚན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ༡༥ མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་

ཉིད་དང་། ༡༥ དངོས་པོ་མེད་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་སྐད་དུ་སྟོང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་བསྟན་ནས། རབ་འབྱོར། གཞན་ཡང་། ༡ དངོས་པོ་ནི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་། ༢ །དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པས་སྟོང་ངོ་། ༣ །རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་ངོ་། ༤ །གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་གཞན་གྱི་དངོས་པོས་སྟོང་ངོ་ཞེས་སྤྲུང་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་བཞི་བསྟན་ཏེ། སྟོང་པ་ཉིད་འདི་རྣམས་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱའོ། །སྟོང་པ་ཉིད་དམ་སྟོང་པ་ཉིད་མ་ཡིན་པ་ནི་རྩ་བ་ཟད་ཀྱང་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུས་གདུལ་བྱའི་སྐྱེ་བོའི་དབང་གིས་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལྟར་ཀྱན་རྫོབ་དུ་བསྟེན་པར་ཟད་དོ། །དེ་སྐད་དུ་བསྟན་བཅས་ལས།

གལ་ཏེ་སྟོང་མིན་རྩ་བ་ཟད་ཡོད། །སྟོང་པ་རྩ་བ་ཟད་ཡོད་པར་འགྱུར། །མི་སྟོང་རྩ་བ་ཟད་ཡོད་མིན་ན། །སྟོང་པ་འང་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར། །སྟོང་ངོ་ཞེས་ཀྱང་མི་བརྗོད་དེ། །མི་སྟོང་ཞེས་ཀྱང་མི་བྱ་ཞིང་། །གཉིས་དང་གཉིས་མིན་མི་བྱ་སྟེ། །གདགས་པའི་དོན་དུ་བརྗོད་པར་བྱ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། སྟོས་དང་བཅས་པར་བཅུ་དྲུག་དུ་བཤད་པ་དང་། མདོར་བསྟུས་ཏེ་བཞིར་བཤད་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ། རང་དང་། ཕྱི་དང་། ཕྱི་ནང་དང་། སྟོང་པ་ཉིད་དང་། ཆེན་པོ་དང་། དོན་དམ་པ་དང་། འདུས་བྱས་དང་། འདུས་མ་བྱས་དང་། མཐའ་ལས་འདས་པ་དང་། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་དང་།



དོར་བ་མེད་པ་དང་། རང་བཞིན་དང་། ཚམས་ཐམས་ཅད་དང་། རང་གི་མཚན་ཉིད་  
དང་། མི་དམིགས་པ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་རྒྱས་པར་  
བཤད་པ་དང་བཙུ་བྱུག་གི། དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

གང་བྱུར་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། །

ཡིན་བྱུར་མིག་ནི་མིག་གིས་སྟོང་། །

དེ་བཞིན་ན་བ་ལྷ་དང་ཕྱེ། །

ལྷས་དང་ཡིད་ཀྱང་བསྟན་པར་བྱ། །༡༥

ཐེར་བྱུག་གནས་པ་མ་ཡིན་དང་། །

འཇིག་པ་མ་ཡིན་ཉིད་ཀྱི་བྱུར། །

མིག་ལ་ལོགས་པ་བྱུག་ལོ་ཡི། །

རང་བཞིན་མེད་ཉིད་གང་ཡིན་པ། །

དེ་ནི་ནང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་འདོད། །༡༦

ངེ་སྐད་དུ། དེ་ལ་གང་དག་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར་བ་ནང་གི་  
ཚམས་ནམས་གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། ནང་གི་ཚམས་ནམས་ཞེས་བྱ་བ་ནི།  
མིག་དང་། རྩ་བ་དང་། ལྷ་དང་། ཕྱེ་དང་། ལྷས་དང་། ཡིད་དེ། དེ་ལ་  
ཐེར་བྱུག་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་  
བྱུར། མིག་ནི་མིག་གིས་སྟོང་སྟེ། དེ་ཅིའི་བྱུར་ཞེ་ན། དེའི་རང་བཞིན་  
དེ་ཡིན་པའི་བྱུར་རོ་ཞེས་ཀྱང་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལ་ཐེར་བྱུག་

དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ནི་རང་བཞིན་མི་འདྲར་བ་ལ་བྱའོ། །  
 དེ་ཡང་དུས་རུང་ཟད་ཅིག་གནས་ནས་ལྷོག་པར་ཡང་འགྱུར་བས་  
 འཇིག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་སོ། །

འདི་སྐད་བསྟན་པར་འགྱུར་ཏེ། དངོས་པོ་གང་ཞིག་རང་བཞིན་  
 དང་བཅས་པ་ཉིད་དེ་ནི་གོར་མ་ཆག་པར་ཐེར་བྱག་པ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་མི་ལྷོག་པ་ཞིག་དུ་འགྱུར་དགོས་སོ། །ཇི་སྐད་དུ།

རང་བཞིན་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དག་ལས། །འབྱུང་བར་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 བོ། །རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡི། །རང་བཞིན་བྱས་པ་ཅན་དུ་གྱུར། །  
 རང་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། །ཇི་ལྟ་བུར་ན་རུང་བར་འགྱུར། །རང་  
 བཞིན་ཉིད་ནི་བཅོས་མིན་དང་། །གཞན་ལ་ལྷོས་པ་མེད་པ་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཡང་ཅི་གང་ཞིག་སློབ་དཔོན་གྱིས་བསྟན་བཅོས་ལས་བྱུང་པར་  
 དུ་མཛད་པ་རྣམས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རང་བཞིན་སློབ་དཔོན་གྱིས་ཞལ་  
 གྱིས་བཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་དམ་ཞེ་ན། གང་གི་དབང་དུ་མཛད་ནས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་གྱིས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱུང་ཡང་རུང་།  
 མ་བྱུང་ཡང་རུང་ཆོས་རྣམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་འདི་ནི་གནས་པ་ཉིད་དོ་  
 ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་པ་ཆོས་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་ཡོད་དོ། །ཆོས་  
 ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ཡང་ཅི་ཞིག་མིག་ལ་སོགས་པ་འདི་དག་གི་རང་  
 བཞིན་ནོ། །

དེ་དག་གི་རང་བཞིན་ཡང་གང་ཞིག་ཅེ་ན། འདི་དག་ནི་བཅོས་

མ་མ་ཡིན་པ་དང་གཞན་ལ་ལྟོས་པ་མེད་པ་གང་ཡིན་པ་སྟེ། མ་རིག་  
 པའི་རབ་རིབ་དང་བྲལ་བའི་ཤེས་པས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་རང་གི་  
 རོ་བོའོ། །ཅི་དེ་ཡོད་དམ་མེད་དོ་ཞེས་དེ་སྐད་དུ་སྟེ། གལ་ཏེ་དེ་མེད་  
 ན་ནི་ཅིའི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་པ་རོལ་དུ་སྦྱིན་པའི་  
 ལམ་སློམ་པར་འགྱུར་ཏེ། གང་གི་སྦྱིར་ཆོས་ཉིད་དེ་རྟོགས་པར་བྱ་  
 བའི་སྦྱིར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་དེ་ལྟར་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་  
 རྩེ་མ་པ་ཡིན་ནོ། །

རི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ། དོན་དམ་པ་ནི་སྦྱེ་བ་མེད་པ་དང་།  
 འགག་པ་མེད་པ་དང་། འཇིག་པ་མེད་པ་དང་། འོང་བ་མེད་པ་དང་།  
 འགོ་བ་མེད་པ་དང་། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། ཡི་གེ་རྣམས་ཀྱིས་རབ་དུ་བསྐྱེད་དུ་མེད་ཅིང་སྟོས་པས་རྟོགས་  
 པ་མ་ཡིན་ཏེ། རིགས་ཀྱི་བྱ། དོན་དམ་པ་ནི་བརྗོད་དུ་མེད་ཅིང་ཞི་བ་  
 འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སོ་སོ་རང་གིས་རིག་པར་བྱའོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ།  
 དོན་དམ་པ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱང་ཡང་རུང་མ་བྱང་  
 ཡང་རུང་སྟེ། གང་གི་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་སྐྱ་དང་  
 ཁ་སྐྱ་དག་བྲེགས་ནས་གོས་དུར་སྒྲིག་བགོས་ཏེ། ཡང་དག་པར་དད་  
 པས་བྱིམ་ནས། བྱིམ་མེད་པར་རབ་དུ་བྱང་ཞིང་། རབ་དུ་བྱང་ནས་  
 ཀྱང་ཆོས་དེ་ཉིད་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྦྱིར། སྐྱའམ་གོས་ལ་མེ་ཤོར་བ་  
 ལྟར་བརྩོན་འགྱུས་རྩེ་མ་ཞིང་གནས་པ་རྣམ་པར་འཇིག་པ་མེད་པའོ། །  
 རིགས་ཀྱི་བྱ། གལ་ཏེ་དོན་དམ་པ་ཡོད་པར་མ་གྱུར་ན་ནི་ཆོངས་པར་

སྒྱུད་པ་མེད་པར་འགྱུར་ཁིང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་བྱང་བ་  
 འོན་མེད་པར་འགྱུར་རོ། །གང་གི་ཕྱིར་དོན་དམ་པར་དེ་ཡོད་པ་དེའི་  
 ཕྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རྣམས་ལ་དོན་དམ་པ་ལ་མཁས་པ་ཞེས་  
 བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

འདིར་སྤྲས་པ། གྱེ་མ་མ་ལ་གང་ཞིག་དངོས་པོ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མི་  
 འདོད་ཅིང་། སྒྲོ་བྱར་དུ་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་ལ་སྟོས་པ་  
 མེད་པའི་རང་བཞིན་ཡང་འདོད་པ་བྱོད་ནི་ཡན་ཚུན་འགལ་བའི་  
 དོན་བཟོད་པ་ཞིག་མོ།

བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། བྱོད་གྱིས་བསྟན་བཅོས་གྱི་དགོངས་པ་མ་རིག་  
 པ་ཞིག་སྟེ། འདིའི་དགོངས་པ་ནི། གལ་ཏེ་མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་རང་གི་ངོ་བོ་རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོས་  
 གཟུང་བར་བྱ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་དེ་རྣམས་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་  
 བ་ནི། རང་བཞིན་དེ་ཕྱིན་ཅི་ལྟ་ཏུ་གྱུར་པས་ཀྱང་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 ཚངས་པར་སྒྱུད་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་ན། གང་གི་ཕྱིར་འདི་ཉིད་  
 རང་བཞིན་མ་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར། དེའི་ལྟ་བའི་དོན་དུ་ཚངས་པར་  
 སྒྱུད་པ་དོན་དང་བཅས་པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ཡང་བདག་གིས་ཀུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པ་ལ་སྟོས་ནས་བཅོས་མ་  
 མ་ཡིན་པ་ཉིད་དང་། གཞན་ལ་མི་སྟོས་པ་ཉིད་དུ་བཟོད་དོ། །གང་  
 ཞིག་བྱིས་པའི་སྐྱེ་བོས་བལྟ་བར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་ནི་རང་  
 བཞིན་དུ་རིགས་ལ། དེ་ཙམ་གྱིས་དོན་དམ་པ་དངོས་པོ་མ་ཡིན་ཁིང་

དངོས་པོ་མེད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་ནི་བ་ཉིད་  
 གྱི་ཕྱིར་རོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཡིན་ནོ། །རང་བཞིན་འདི་ནི་སྒྲོབ་དཔོན་  
 གྱིས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་བྱེད་གྱི། གཞན་ཡང་དོན་  
 འདི་ཁས་ལེན་དུ་གཞུག་པར་རུས་པས་རང་བཞིན་འདི་ནི་གཉི་ག་ལ་  
 གྲུབ་པ་ཉིད་དུ་ཡང་རྣམ་པར་གཞག་གོ།

གང་དག་མེ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཆ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིན་  
 པར་སྐྱབ་བ་དེ་དག་གི་ལྟར་ན་ནི། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་རུང་སྟེ།  
 ཉིན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ཉིད་གྱིས་བཅོས་མ་ཉིད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་དང་། །སྟོས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཡོད་པ་ཉིད་གྱི་ཕྱིར་དེ་  
 ལ་བཅོས་མ་ཉིད་མེད་པ་དང་། གཞན་ལ་སྟོས་པ་ཉིད་མེད་པ་ཡོད་  
 རོ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་པར་ཡང་མི་རིགས་ཏེ། དེ་ལ་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་  
 མཆོག་ཏུ་འཛིན་པའི་དངོས་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར་ལ། ཀྱུན་རྫོབ་དུ་རྣམ་  
 པ་དེ་ལྟ་བུའི་དོན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱ་ཆེན་པོས་ཆོག་གོ།

དཀྲུས་མ་ཉིད་རྣམ་པར་བཤད་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་མིག་ལ་སོགས་  
 པ་རྣམས་མིག་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཉིད་གྱིས་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྐྱས་  
 པས་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཡོངས་སུ་གསལ་བར་བྱས་པ་ཡིན་  
 གྱི། མིག་ནི་ནང་གི་བྱེད་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་ཞིང་གཟུང་བ་  
 དང་འཛིན་པའི་བདག་ཉིད་གྱིས་སྟོང་ངོ་ཞེས་གཅིག་ལ་གཅིག་མེད་  
 པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

དེ་ལ་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

གང་ཕྱིར་དེ་ཡི་རང་བཞིན་དེ། །

ཡིན་ཕྱིར་གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་སྟོང་། །

སྒྲ་དང་དྲི་རྩོམ་གྱི་དང་། །

ཆོས་རྣམས་ཉིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ༡༥༣

གཟུགས་སོགས་རང་བཞིན་ཅེད་ལ་ཉིད། །

ཕྱི་རྩོམ་སྟོང་ལ་ཉིད་དུ་འདོད། །

ངེས་སྟོན་དུ། དེ་ལ་ཕྱི་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེས། ཕྱི་རྩོམ་རྣམས་ཞེས་  
བྱ་བ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་ལོ། །དེ་ལ་ཐེར་བྱས་དུ་གནས་པ་མ་ཡིན་  
པ་དང་འཇིག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། གཟུགས་ནི་གཟུགས་ཀྱིས་  
སྟོང་སྟེ། དེའི་རང་བཞིན་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་ཏེ། སྒྲ་  
མ་བཞིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཕྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

གཉིས་ཆར་རང་བཞིན་ཅེད་ཉིད་ནི། །

ཕྱི་ནང་སྟོང་ལ་ཉིད་ཡིན་ནོ། ། ༡༥༤

ངེས་སྟོན་དུ། ཕྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་ཕྱི་དང་ནང་གི་ཆོས་རྣམས་  
ཀྱི་རང་བཞིན་ཅེད་པ་ཉིད་ནི་ཕྱི་དང་ནང་གི་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། སྒྲ་མ་བཞིན་ནོ། །

བཞི་པ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

ཚོས་ནམས་རང་བཞིན་མེད་པ་ཉིད། །  
མཁས་པས་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བསྟན། །  
སྟོང་ཉིད་དེ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ཀྱི། །  
རྒྱ་ཚོས་སྟོང་པར་འདོད་པ་ཡིན། ། ༡༥

སྟོང་ཉིད་ཅེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་གང་། །  
སྟོང་ཉིད་སྟོང་ཉིད་བྱ་འདོད་དེ། །  
སྟོང་ཉིད་དངོས་པོའི་སྟོང་ཅན་གྱི། །  
འཛིན་པ་སྒྲིག་བྱུང་གསུངས་པ་ཡིན། ། ༡༦

རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེན། ཚོས་ནམས་ཀྱི་སྟོང་པ་  
ཉིད་གང་ཡིན་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་དེ་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོང་པ་འདི་ནི་སྟོང་  
པ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། །

གང་དག་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཡང་དངོས་པོར་མངོན་པར་ཞེན་པ་དེ་  
དག་གི་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དངོས་པོར་འཛིན་པ་བསྒྲིག་པའི་དོན་དུ་ཉེ་  
བར་བསྟན་ཏེ། རི་སྐད་དུ།

ཀྱང་ཁྱོད་ཐམས་ཅད་གཞོམ་པའི་བྱུང་། །སྟོང་ཉིད་བདུད་ཅི་  
བསྟན་པར་མཛད། །གང་ལ་དེ་ལའང་འཛིན་ཡོད་པ། །དེ་ནི་ཁྱོད་ཀྱིས་  
སྟོང་པར་མཛད། །ཅེས་གསུངས་སོ། །

ལྷ་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ། ཉེན་ཆེན་པོ་ཅན་དང་། སྟོང་ཚུལ་དང་དགོས་པ་  
བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

སེམས་ཅན་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ནི། །

མ་ཁྱེས་བྱའ་བྱེད་ཉིད་བྱིར་དང་།

ཆད་ཅིང་དཔེ་ཡིས་ཕྱ་མཐའ་ནི། །

ཅིང་བྱིར་སྟོགས་ནམས་ཆེན་པོ་ཉིད། །༡༥༥

སྟོགས་ལས་ལོགས་ཤིག་དུ་སེམས་ཅན་གྱི་འཛིག་རྟེན་མེད་ཅིང་  
སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་མེད་པས་འགྲོ་བ་མ་ལུས་པ་ལ་བྱའ་བྱེད་པ་  
ཉིད་ཀྱིས་སྟོགས་ནམས་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །གང་གི་བྱིར་བྱམས་པ་ལ་  
སོགས་བསྟོམ་པ་ནི་སྟོགས་ཡོངས་སུ་བཅད་ནས་སྟོམ་པས་ན། སྟོགས་  
ནམས་ཆད་མེད་པའི་དཔེ་ཅན་དུ་གནས་པ་དེའི་བྱིར་ཕྱ་མེད་པས་  
ཀྱང་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་སྟོང་ཚུལ་དང་དགོས་པ་བཤད་པ་ནི།

འདི་དག་བཅུ་ཆར་སྟོགས་ནམས་ཀྱིས། །

སྟོང་བ་ཉིད་ནི་གང་ཡིན་ཏེ། །

ཆེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །

ཆེན་པོར་འཛིན་པ་བསྟོན་གྱིར་གསུངས། །༡༥༦

ངེ་སྐད་དུ། ཆེན་པོ་སྟོང་བ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ཤར་སྟོགས་ནི་ཤར་  
སྟོགས་ཀྱིས་སྟོང་དོ། །ཞེས་ཐུ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཆེན་པོ་སྟོང་  
བ་ཉིད་དེ་ནི་གང་དག་སྟོགས་ཆད་མེད་དོ་སྟམ་དུ་སྟོགས་ནམས་ལ་  
ཆེན་པོར་འཛིན་པ་དེ་དག་གི་འཛིན་པ་དེ་བསྟོན་པའི་བྱིར་བསྟན་ཏེ།  
འདི་ལྟར་བྱེ་བྲག་པ་དག་གིས་སྟོགས་ནམས་ཇས་ཉིད་དུ་རྟོགས་སོ། །



དབྱུག་པ་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

དེ་ནི་དགོས་པ་མཆོག་ཡིན་པས། །

དོན་དམ་ཕྱ་དན་འདས་པ་ཡིན། །

དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །

དེ་ནི་དོན་དམ་སྟོང་ཉིད་དེ། ། ༡༥

ཕྱ་དན་དངོས་པོའི་སྒོ་ཅན་གྱི། །

འཛིན་པ་བསྒྲིག་པར་བྱ་བའི་བྱིར། །

དོན་དམ་མཐུན་པས་དོན་དམ་པ། །

སྟོང་པ་ཉིད་ནི་བསྟན་པ་མཛད། ། ༡༦

ངེ་སྐད་དུ། དེ་ལ་དོན་དམ་པ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། དོན་དམ་  
པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པ་སྟེ། ཐེར་བྱུག་དུ་གནས་པ་མ་  
ཡིན་པ་དང་། འཇིག་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱིར། ཕྱ་དན་ལས་འདས་  
པ་ནི་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་ཀྱང་ཆེར་འབྱུང་ངོ་། །

དེ་ཡང་ཕྱ་དན་ལས་འདས་པ་ལ་དངོས་པོར་མདོན་པར་ཞེན་པ་  
ནམས་ཀྱི་དངོས་པོར་འཛིན་པ་བསྒྲིག་པར་བྱ་བའི་བྱིར་གསུངས་སོ། །  
དོན་གྱི་སྒྲ་ནི་དགོས་པའི་ཆོག་གམ་ཤེས་བྱའི་ཆོག་གོ།

བདུན་པ་འདྲུག་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

ཁྱེན་ལས་བྱུང་བྱིར་ཁམས་གསུམ་པོ། །

འདྲུག་བྱས་ཡིན་པར་དེས་པར་བསྟན། །

དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །

དེ་ནི་འདུས་བྱས་སྟོང་ཉིད་གསུངས། ། ༡༧༡

ཇི་སྐད་དུ། དེ་ལ་འདུས་བྱས་སྟོང་ཉིད་གང་ཞེ་ན། འདུས་བྱས་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཁམས་གསུམ་མོ། །དེ་ལ་འདོད་པའི་ཁམས་ནི་འདོད་  
པའི་ཁམས་ཀྱིས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་ཀྱང་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྒྱད་པ་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

གང་ལ་སྐྱེ་གནས་མི་རྟག་ཉིད། །

དེ་དག་མེད་པ་འདུས་མ་བྱས། །

དེ་ནི་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །

དེ་ཉིད་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་ཉིད། ། ༡༧༢

དེ་ཡིས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ཇི་  
སྐད་དུ། དེ་ལ་འདུས་མ་བྱས་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། འདུས་མ་བྱས་  
ཞེས་བྱ་བ་ནི། གང་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། འགག་པ་མེད་པ་དང་།  
འཇིག་པ་མེད་པ་དང་། གནས་པ་ལས་གཞན་དུ་འགྱུར་བ་ཉིད་མེད་  
པའོ། །དེ་ལ་འདུས་མ་བྱས་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཀྱིས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། སྤྲ་མ་བཞིན་འོ། །

དགུ་པ་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

གང་ལ་མཐའ་ནི་ཡོད་མིན་བ། །

དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པར་བརྗོད། །

དེ་དེ་ཁོ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད། །

མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་ཉིད་བསྟན། ། ༡༧༡

རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་མཐའ་ལས་འདས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན།  
མཐའ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རྟག་པའི་མཐའ་དང་ཆད་པའི་མཐའ་སྟེ། གང་ལ་  
མཐའ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་དེ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པ་ལོ། །མཐའ་ལས་  
འདས་པ་ནི་མཐའ་ལས་འདས་པས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་  
ལྟ་བུ་ལོ། །

བཅུ་པ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མཐའ། །

དེ་དག་ཅིད་པས་འཁོར་བ་ནི། །

ཐོག་མ་ཐ་མ་ཅིད་པར་བརྗོད། །

འགྲོ་ལོང་བྲལ་ཞིང་རྩི་ལམ་ལྟའི། ། ༡༧༢

སྟོང་འདི་དེ་ཡིས་དབེན་ཉིད་གང་། །

དེ་ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ། །

ཅིད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ་ཞེས། །

བསྟན་བཅོས་ལས་ནི་དེས་པར་བསྟན། ། ༡༧༣

རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་  
ཞེ་ན། གང་ལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དམིགས་པ་དེ་ལ་དབུས་མེད་ཅིང་།  
གང་ལ་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དབུས་མ་དམིགས་པ་དེ་ལ་འོང་བ་དང་  
འགྲོ་བ་མེད་དོ། །དེ་ལ་ཐེར་བྱས་ཏུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། འཇིག་

པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར། ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དང་དབུས་ནམས་  
ནི་ཐོག་མ་དང་ཐ་མ་དང་དབུས་ནམས་ཀྱིས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་བྱ་བ་ལ་  
སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཐོག་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་དང་པོ་ལ་བྱའོ། །  
ཐ་མ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་མཐའོ། །

བཙུ་གཅིག་པ་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

དོར་བ་ཞེས་བྱ་བ་འཛོར་བ་དང་། །

འཛོར་བ་ལ་ནི་དེས་ལར་བརྗོད། །

དོར་མེད་སྟོང་པ་མེད་པ་སྟེ། །

འགའ་ཡང་འཛོར་མེད་གང་ཡིན་པ་འོ། ། ༡༧༤

དོར་བ་མེད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །

དེ་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཡིན། །

དེ་དེའི་ཕྱིར་ན་དོར་མེད་པ། །

སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བར་བརྗོད། ། ༡༧༥

རི་སྐང་དུ། དེ་ལ་དོར་བ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། དོར་བ་  
ནི་འཛོར་བ་དང་འཛོར་བ་དང་གཏོང་བའོ། །དེ་ལ་དོར་བ་མེད་པ་ནི་  
དོར་བ་མེད་པས་སྟོང་སྟེ། ཞེས་བྱ་བ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །དོར་བ་  
ནི་གཏོང་བ་ཡིན་ལ་དོར་བ་མེད་པ་ནི་གང་ལ་འགའ་ཡང་གཏོང་བ་  
མེད་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་དོན་རྟོ། །

བཙུ་གཅིག་པ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

འདུས་བྱས་ལ་སྟགས་རྩོམ་ཅིད། །

གང་བྱིར་སྟོང་མ་རང་སངས་རྒྱས། །

རྒྱལ་ལྷན་དེ་བཞིན་གཤེགས་ནམས་ཀྱིས། །

མ་མཐུད་དེ་བྱིར་འདུས་བྱས་ལ། ། ༡༩

སྟགས་ལ་ནམས་ཀྱི་རྩོམ་ཅིད། །

རང་བཞིན་ཅིད་ཀྱི་བསྟན་པ་སྟེ། །

དེ་ཅིད་ཀྱིས་དེ་སྟོང་ཅིད་གང་། །

དེ་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཅིད། ། ༡༩

ངེ་སྐད་དུ། དེ་ལ་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཅིད་གང་ཞེ་ན། གང་ཆོས་  
ནམས་ཀྱི་རང་བཞིན་མ་བྱས་ཤིང་མངོན་པར་འདུས་མ་བྱས་པ་སྟེ།  
དེ་ནི་ཉན་ཐོས་ནམས་ཀྱིས་མ་བྱས། །ཞེས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྩ་གསུམ་པ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཅིད་ནི།

ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་དང་རིག་བྱུག་དང་། །

དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཆོར་བ་བྱུག །

གཞུགས་ཅན་གཞུགས་ཅན་མིན་དེ་བཞིན། །

འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས་ཆོས་ནམས། ། ༢༠

ཆོས་དེ་དག་ནི་ཁམས་ཅད་ཀྱི། །

དེ་དག་གིས་དབེན་སྟོང་ཅིད་གང་། །

ཡིན་པ་འདི་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །རི་སྐང་དུ། དེ་  
ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་པ་ཉིད་གང་ཞེ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་  
བ་ནི་འདུས་བྱས་རྣམས་དང་། འདུས་མ་བྱས་རྣམས་དང་། ཞེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དེ་ལ་ཁམས་བཅོ་བརྒྱད་ནི། བར་གི་སྐྱེ་མཆེད་དུག་དང་། ཕྱི་  
དུག་དང་རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ཆོགས་དུག་གོ། །རེག་པ་དུག་ནི་མིག་གི་  
འདུས་ཏེ་རེག་པ་ནས་ཡིད་ཀྱི་འདུས་ཏེ་རེག་པ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་རོ། །  
རེག་པའི་རྒྱ་ཅན་གྱི་ཆོར་བ་ཡང་དུག་གོ། །དེ་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནི་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྟོང་ངོ་། །

བརྩ་བཞི་པ་རང་གི་མཆན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ལ། རོ་པོ་མདོར་བསྟན། ཆོས་ཅན་  
རྒྱས་པར་བཤད། རྟེན་བསྐྱེད་ཁྱེད་སྟོང་ཚུལ་གྱི་དོན་བསྐྱེད་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

གཟུགས་རྒྱུད་ལ་སོགས་དངོས་མེད་གང་། །

དེ་ནི་རང་མཆན་སྟོང་བ་ཉིད། ། ༡༠༡

གཉིས་པ་ཆོས་ཅན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་དང་། རྣམ་བྱང་  
གི་རང་གི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ལ། སྤང་པོ་དང་ཁམས་དང་། སྐྱེ་  
མཆེད་དང་། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་མཆན་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

ཡང་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རང་གི་མཆན་ཉིད་ཅི་ཡིན་  
ཞེ་ན། རྒྱས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

གཟུགས་ནི་གཟུགས་རྒྱུད་མཆན་ཉིད་ཅན། །

ཆོར་བ་ལྟུང་བའི་བདག་ཉིད་ཅན། །

འདྲ་གེས་མཆན་མར་འཛིན་པ་སྟེ། །

འདྲ་བྱེད་མངོན་པར་འདྲ་བྱེད་པ་ལོ། ། ༡༠༧

ཡལ་ལ་ལོ་ལོར་རྣམ་དུ་གྲོ་བ། །

རྣམ་གེས་རང་གི་མཆན་ཉིད་དེ། །

ཕྱད་པོ་སྤྱུག་བསྐྱེད་རང་མཆན་ཉིད། །

ཁམས་ཀྱི་བདག་ཉིད་སྤྱུལ་གདུག་འདོད། ། ༡༠༨

འཛིན་པར་ཆོས་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ཁམས་རྣམས་ནི་སྤྱུལ་གདུག་  
པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་ཏོ། །

གཉིས་པ་སྐྱེ་མཆེད་ནི།

སྐྱེ་མཆེད་རྣམས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱིས། །

སྐྱེ་བའི་སྒོར་གྱུར་ཉིད་ཏུ་གསྐྱབས། །

ཏེ་སྤྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་ཞིང་སྐྱེ་བའི་སྒོར་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རང་མཆན་ནི།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་གང་། །

དེ་ནི་འདྲ་འཕྲོད་མཆན་ཉིད་དོ། ། ༡༠༩

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་ནི་འདྲ་འཕྲོད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅན།

རྟེན་ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བ་འདྲ་འཕྲོད་ཀྱིས་རབ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཉིད་ཀྱི་  
སྤྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་རྣམ་བྱུང་གི་རང་གི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། ལས་དང་། འབྲས་བུའི་

རང་གི་མཆན་ཉིད་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ལ། སར་བྱེན་དང་བསམ་གཏན་སོགས་དང་།  
བྱང་སྟོགས་དང་། རྣམ་ཐར་སྟོ་གསུམ་དང་། རྣམ་ཐར་བརྒྱད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་  
བཞིའི། དང་པོ་ནི།

གཏོང་བ་བྱེན་པའི་པ་རོལ་བྱེན། །

ཚུལ་བྱིམས་གཏུང་མེད་མཆན་ཉིད་བརྗོད། །

ཁྲོ་མེད་མཆན་ཉིད་བརྗོད་འགྲུས་ཀྱི། །

ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་ཉིད་དོ། ། ༡༠༥

བརྗོད་འགྲུས་ནི་དགེ་བ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
ཡིན་པའི་བྱེན་རོ། །

བསམ་གཏན་སྟུང་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན། །

ཏེ། དགེ་བའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟུང་པར་བྱེད་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱེན་རོ། །

ཞེས་རབ་ཆགས་མེད་མཆན་ཉིད་དོ། །

ཟུང་ན་ལས་འདས་པར་བཤོད་པའི་བྱེན་འགའ་ལ་ཡང་ཆགས་པ་  
མེད་པའི་བྱེན་རོ། །

པ་རོལ་བྱེན་པ་དུག་རྣམས་ཀྱི། །

མཆན་ཉིད་འདི་དག་ཡིན་པར་བརྗོད། ། ༡༠༦

བསམ་གཏན་རྣམས་དང་ཆེད་མེད་དང་། །

དེ་བཞིན་གཞན་གང་གཟུགས་མེད་པ། །

དེ་དག་ཡང་དག་མཁྱེན་པ་ཡིས། །



མི་འབྲུག་ས་མཆན་ཉིད་ཅན་རྒྱ་གཞུངས། ། ༡༠༥

དེ་དག་ནི་བཙམ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཁྱོ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་  
རྒྱ་གཞུངས་ཏེ། དེ་དག་ཁོང་ཁྱོ་བ་སྤངས་པས་འཐོབ་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
གཉིས་པ་བྱང་ཚུགས་ནི།

བྱང་ཚུབ་ཚྭ་གས་ནི་ལྷན་འབྲུ་བརྟན། །

ངེས་པར་འབྱུང་བྱེད་རང་མཆན་ཉིད། །

ངེས་པར་འབྱུང་བ་ནི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་སྟེ་ཐར་པའི་ཞེས་བྱ་  
བའི་དོན་རྟོ། །འཁོར་བ་ལས་འདའ་བའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ངེས་པར་  
འབྱུང་བར་བྱེད་པར་རྣམས་པས་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ཐར་  
པ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །  
བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པ་དག་ནི་སྤར་བཤད་ཟིན་རྟོ། །

གསུམ་པ་རྣམ་ཐར་སྒོ་གསུམ་ནི།

སྒྲོང་ལ་ཉིད་གྱི་མཆན་ཉིད་ནི། །

དམིགས་ལ་མེད་ལས་རྣམ་དབེན་ཉིད། ། ༡༠༦

དངོས་པོ་མ་དམིགས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པའི་དྲི་མས་ཉེ་བར་མ་  
སྒྲགས་པའི་ཕྱིར་ན། རྣམ་པར་ཐར་པའི་སྒོ་སྒྲོང་པ་ཉིད་ནི་རྣམ་པར་  
དབེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ལོ། །

མཆན་མ་མེད་ལ་ཞི་ཉིད་དེ། །

གསུམ་པའི་མཆན་ཉིད་སྒྲག་བསྐལ་དང་། །

གཉི་ཕྱག་མེད་.....

ནམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་མཆན་མ་མེད་པ་ནི། མཆན་མ་མ་དམིགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་ཞི་བའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །གསུམ་པའི་ཞེས་བྱ་བ་ནི་  
 ནམ་པར་ཐར་པའི་སྒྲོ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་རྟོ། །ནམ་པར་  
 ཐར་པའི་སྒྲོ་སྒྲོན་པ་མེད་པ་འདི་ནི་སྤྱག་བསྐུལ་དང་གཏི་མུག་མེད་  
 པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་རྟེ། འདུ་བྱེད་སྤྱག་བསྐུལ་གྱི་བདག་ཉིད་ཅན་  
 ནམས་ལ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་ལྟ་ཞིང་ཤེས་རབ་ཀྱིས་འདུ་བྱེད་གྱི་  
 རང་བཞིན་ལ་ལྟ་བ་ན་སྒྲོན་པར་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་ན། ནམ་པར་ཐར་  
 པའི་སྒྲོ་གསུམ་པ་ནི་སྤྱག་བསྐུལ་དང་གཏི་མུག་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་  
 ཅན་ནོ། །

བཞི་པ་ནམ་ཐར་བརྒྱད་གྱི་མཆན་ཉིད་བཤད་པ་ནི།

“.....ནམ་ཐར་ནམས་ཀྱིས། །

མཆན་ཉིད་ནམ་པར་གྲོལ་བྱེད་པ་ལོ། །༡༠༧

ནམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། གཟུགས་ཅན་གཟུགས་  
 ནམས་ལ་ལྟ་བ་ནི་ནམ་པར་ཐར་པ་དང་པོ་ལོ། །ནང་གཟུགས་སུ་  
 འདུ་ཤེས་པས་ཕྱི་རོལ་གྱི་གཟུགས་ནམས་ལ་ལྟ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གཉིས་  
 པ་ལོ། །སྤྱག་པའི་ནམ་པར་ཐར་པ་བསམ་གཏན་བཞི་པའི་བདག་  
 ཉིད་ཅན་ནི་གསུམ་པ་ལོ། །གཟུགས་མེད་པ་བཞི་ནི་རི་རྒྱུད་བཤད་  
 པ་བཞིན་ནོ། །འདུ་ཤེས་དང་། ཆོར་བ་འགོག་པ་ནི་བརྒྱད་པ་སྟེ། ནམ་  
 པར་ཐར་པ་འདི་དག་ནི་སྒྲོམས་པར་འཇུག་པའི་སྒྲིབ་པ་ལས་གྲོལ་  
 བར་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ནམ་པར་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

གཉིས་པ་འབྲས་བུའི་རང་གི་མཚན་ཉིད་བཤད་པ་ལ། ལྷོ་བས་དང་། མི་འཇིགས་  
པ་དང་། སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་སོགས་དང་། སངས་  
རྒྱུ་གྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་དང་། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རང་གི་མཚན་ཉིད་བྱུག་གི། དང་པོ་ནི།

ལྷོ་བས་རྣམས་ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་ནི། །

གཏན་ལ་འབེབས་པའི་རང་བཞིན་གསུངས། །

འཆད་པར་འགྱུར་བའི་ལྷོ་བས་བརྩ་ནི་ཤིན་ཏུ་གཏན་ལ་འབེབས་  
པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཏུ་རིག་པར་བྱ་སྟེ། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་གཏན་ལ་  
འབེབས་པ་ཉིད་གྱིས་ཐོགས་པ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་  
ན་ལྷོ་བས་རྣམས་ཞེས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་མི་འཇིགས་པ་ནི།

ལྷོ་བ་པའི་མི་འཇིགས་པ་རྣམས་ནི། །

ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་ངོ་མོ་ཡིན། ། ༡༡༠

མི་འཇིགས་པ་ནི་བཞི་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། ༡ ང་ཡང་དག་པར་  
ཐོགས་པར་སངས་རྒྱུ་སོ་ཞེས་དམ་བཅས་ན། གྱེ་མ་དེ་ལ་ཆོས་འདི་  
རྣམས་མདོན་པར་ཐོགས་པར་སངས་མ་རྒྱུ་སོ་ཞེས་དགོ་སྦྱང་ངམ།  
བྲམ་ཟེའམ། ལྟའམ། བདུད་དམ། ཆངས་པའམ་སུ་ཡང་བུང་སྟེ། འཇིག་  
ཉེན་ན་ཆོས་དང་མཐུན་པར་བདག་ལ་ཚོ་ལ་ལོ་སྟམ་པའི་རྒྱ་ཡང་  
དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་སྟེ་ཞེས་རྒྱུ་པར་འབྱུང་ཞིང་། ༢ གྱེ་མ་  
ང་ཟག་པ་ཟད་དོ་ཞེས་དམ་བཅས་ན། གྱེ་མ་དེ་ལ་ཟག་པ་དེ་རྣམས་  
ཟད་པར་མ་གྱུར་ཏོ་ཞེས་བྱ་བར་བདག་ལ་དགོ་སྦྱང་ངམ་ཞེས་བྱ་

བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་ངོ་། ༡ །ངས་གང་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཚས་སུ་  
བསྟན་པ་དེ་དག་བསྟེན་ན་བར་དུ་གཙོད་པའི་ཚས་སུ་མི་འགྱུར་བ་  
དེ་ལྟ་བུའི་གནས་མེད་དོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སྣ་མ་བཞིན་ནོ། ༡༥ གང་ཡང་  
ངས་ལམ་འཕགས་པའི་ངེས་པར་འབྱེན་པ་དེ་བྱེད་པའི་སྟག་བསྐལ་  
ཡང་དག་པར་བཟད་པར་འགྱུར་བར་ངེས་པར་འབྱུང་བ་བསྟན་པ་  
དེ་དག་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ན། སྟག་བསྐལ་ཡང་དག་པར་བཟད་པར་  
འགྱུར་བར་ངེས་པར་མི་འབྱུང་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་མེད་  
དེ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་ངོ་། ༡༦ དེ་དག་ནི་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པའི་  
མཚན་ཉིད་ཅན་ཏེ་སྟུག་གྲང་གཞན་དུ་འགྱུར་བར་བྱ་བར་མི་རུས་  
པའི་ཕྱིར་རོ།

གསུམ་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ནི།

སོ་སོ་ཡང་དག་རིག་རྣམས་ནི། །

སྟོབས་སོགས་ཚད་མེད་མཚན་ཉིད་ཅན། །

སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་རྣམས་ནི། འཆད་པར་འགྱུར་བ་  
རྣམས་ཏེ་དེ་དག་ནི་ཆད་པ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

བཞི་པ་བྱམས་པ་ཆེན་པོ་སོགས་ནི།

འགྲོ་ལ་ཕན་པ་ཉིད་སྟབས་པ། །

བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱོན། ། ༡༧

བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ནི་ཕན་པ་ཉིད་སྟབས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

སྟག་བསྐལ་ཅན་རྣམས་ཡོངས་སྟོབ་པ་ནི། །

བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་འོ་.....། །

བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ནི། སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་ཡོངས་  
སྤྱོད་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

.....དགའ་བ་ནི། །

རབ་དགའི་མཆན་ཉིད་.....

དགའ་བ་ཆེན་པོ་ནི། རབ་དྲུ་དགའ་བ་ཉིད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

.....བཏང་སྟོམས་ནི། །

མ་འདྲེས་མཆན་ཉིད་ཅན་ཞེས་བྱ། ། ༡༡༡

བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོ་ནི། རྩེས་སྤྱོད་ཆགས་པ་དང་། ཁོང་སྤོ་བ་ལ་  
སྤྲུགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་མ་འདྲེས་པའི་མཆན་ཉིད་ཅན་ནོ། །

ལྷ་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི།

སངས་རྒྱས་ཆོས་ནི་མ་འདྲེས་པ། །

བཅུ་དང་བཅུད་དྲུ་གང་འདོད་དང་།

གང་བྱིར་སྟོན་དེས་མི་འཕྲོགས་པ། །

དེ་བྱིར་མི་འཕྲོགས་རང་མཆན་ཉིད། ། ༡༡༢

དེ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བཙོ་བརྒྱད་དེ། འདི་  
ལྟ་སྟེ། རབ་འབྱོར། གང་གི་ནམ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤྱོད་མེད་  
པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་  
སངས་རྒྱས་པ་དག་དང་། གང་གི་ནམ་ལ་ལེན་པ་མི་མངའ་བར་བྱ་  
ངན་ལས་འདས་པར་འགྱུར་བ་དེའི་བར་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་

འབྲུག་པ་མི་མངའོ། །ཅ་ཅ་མི་མངའོ། །བསྐྱེལ་བ་མི་མངའོ། །ཐུགས་  
མཉམ་པར་མ་གཞག་པ་མི་མངའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཐ་དད་པའི་འདུ་  
ཤེས་དང་། སོ་སོར་མ་བརྟགས་པའི་བཏང་སྟོམས་དང་། འདུན་པ་  
ཉམས་པ་དང་། བཙོན་འགྲུས་ཉམས་པ་དང་། དུན་པ་ཉམས་པ་དང་།  
ཏིང་ངེ་འཛིན་ཉམས་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཉམས་པ་དང་། རྣམ་པར་  
གྲོལ་བ་ཉམས་པ་མི་མངའོ། །ལྷུས་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་  
འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་། དག་གི་ལས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་  
སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་། ཡིད་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་  
ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་། འདས་པའི་དུས་  
ལ་མ་ཆགས་མ་ཐོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་འཇུག །མ་འོངས་པ་  
དང་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱའོ། །

དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བཙོན་བརྒྱད་གང་དག་  
ཡིན་པ་དེ་དག་ནི་མི་འཕྲོགས་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཏེ། འབྲུག་པ་ལ་  
སོགས་པ་མི་མངའ་བས་སྒྲགས་མེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱད་པར་མི་རྣམས་  
པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །འདི་དག་གིས་བཤད་པ་ནི་འཕགས་པ་གཟུངས་  
ཀྱི་དབང་ཕུག་རྒྱལ་པོས་ཁྲུས་པ་ལས་རིག་པར་བྱའོ། །

རིགས་ཀྱི་བུ། གཞན་ཡང་གང་གི་ཕྱིར་དེའི་ལྷུས་འབྲུག་པས་བྱིས་  
བའམ་མཁས་པས་ཀྱང་རུང་སྟེ། ཆོས་དང་མཐུན་པར་ཚོད་པར་  
འགྱུར་བའི་འབྲུག་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན། སངས་རྒྱས་བཙོན་མ་ལྟར་འདས་རྣམས་ནི་ལྷུས་ཀྱི་ལས་འབྲུག་

པ་མེད་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། ཀྱན་ཏུ་ལྟ་བ་དང་། རྣམ་པར་ལྟ་བ་དང་།  
བསྐྱམ་པ་དང་། སྦྱོང་བ་དང་། ཚེས་གོས་སྦྱར་མ་དང་། ཐང་པ་དང་།  
ལྷུང་བཟེད་དང་། ཚེས་གོས་ཐོགས་པས། སྦྱོང་ལམ་མངོས་པར་སྦྱོང་  
ལམ་བཞི་ཡོད་པ་དང་། གྲོང་དང་། གྲོང་བྱིར་དང་། གྲོང་རྒལ་ཏུ་  
འབྲུག་པ་དང་། འབྲུང་བ་ན་རྒྱང་མཐིལ་ས་ལ་མི་རེག་སྟེ། འཁོར་ལོ་  
ཆེབས་སྟོང་པ་ས་ལས་འབྲུང་ཞིང་དྲི་ཡོད་ཏུ་འོང་བའི་པར་མངོན་  
པར་འབྲུང་སྟེ། དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱང་པ་འཛོག་གོ།

དེ་ལ་གང་ཕྱོལ་སོང་གི་སྟེ་གནས་སུ་སོང་བའི་སེམས་ཅན་གང་  
དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱང་པ་ལ་རེག་པ་དེ་དག་ཞག་བརྟན་  
རབ་ཏུ་བདེ་བ་དང་ལྡན་པར་འགྱུར་རོ། །ཤི་འཕོས་ནས་ཀྱང་ལྟ་དག་  
གི་ནང་ཏུ་སྟེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྦྱུ་ལ་ཚེས་གོས་  
སོར་བཞི་ཙམ་གྱིས་མི་རེག་མོད་ཀྱི། རི་རྒྱང་ཡུག་པའི་རྒྱང་གིས་ཀྱང་  
བསྐྱོག་པར་མི་རུས་སོ། །ལུས་ཀྱི་འོད་གྱིས་མནར་མེད་པའི་བར་གྱི་  
སེམས་ཅན་བདེ་བར་བྱེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལུས་  
ལ་འབྲུལ་པ་མེད་ཅེས་བྱའོ། །བྱིས་པའམ་མཁས་པ་དག་ཀྱང་རུང་  
སྟེ། ཚེས་དང་མཐུན་པར་ཚོད་པར་འགྱུར་བའི་ངག་གི་འབྲུལ་པ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། རིགས་ཀྱི་བུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་རུས་སུ་  
སྦྱ་བ། ཚིག་ཏུ་སྦྱ་བ། ཡང་དག་པར་སྦྱ་བ། རི་སྐྱོད་སྦྱས་པ་དེ་བཞིན་  
བྱེད་པའོ། །ཤིན་ཏུ་ངེས་པའི་ཚིག་དང་ལྡན་པའོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་

ཅད་ཚིམ་པར་བྱེད་པའི་ཚིག་དང་ལྡན་པའོ། །མི་སྒྲོས་པའི་ཚིག་དང་  
ལྡན་པའོ། །དོན་དང་ཚིག་འབྲུས་བརྒྱན་པའི་ཚིག་དང་ལྡན་པའོ། །  
སྐད་ཅིག་བརྗོད་པས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསམ་པ་ཚིམ་པར་  
བྱེད་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ངག་འབྲུལ་པ་མེད་  
ཅས་བྱའོ། །གང་གི་ཕྱིར་དེའི་སེམས་འབྲུལ་པས་བྱིས་པའམ་མཁས་  
པས་ཀྱང་རུང་སྟེ། ཚོས་དང་མཐུན་པར་ཚོད་པར་འགྱུར་བའི་སེམས་  
འབྲུལ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། འདི་ལྟར་མཉམ་པར་གཞག་པའི་གནས་མི་  
འདོར་ཞིང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་བྱེད་ཀྱང་སེམས་དེར་མི་  
གཏོང་ཞིང་ཚོས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་  
འཇུག་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སེམས་ལ་འབྲུལ་པ་མེད་  
ཅས་བྱའོ། །ཇི་ལྟར་དེའི་སེམས་འབྲུལ་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འབྲུལ་  
པ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཚོས་སྟོན་རྟོ། །  
འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བཅོ་ལྷ་  
པའོ། །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་དང་པོའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེའི་ཅ་ཙྰ་གང་ལས་བརྒྱད་དམ། བརྒྱད་  
ཀྱི་རིས་ཀྱི་ལྟའམ། གཞན་ཟུ་སྟེགས་ཅན་དག་གིས་སྒྲགས་རྟེན་པར་  
འགྱུར་བའི་ཅ་ཙྰ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན།  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཅ་ཙྰ་འམ་རྗེས་སུ་ཅ་ཙྰ་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་  
ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་རྗེས་སུ་ཆགས་པ་དང་ཁོང་ཁྱོ་བ་དང་



བྲལ་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བཀྱར་སྟེ་བྱས་ཀྱང་མཐོ་བར་མི་  
 སེམས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཀྱར་སྟེ་མ་བྱས་ཀྱང་སྟོ་ཤི་བར་  
 མི་འགྱུར་རོ། །གང་གི་སྤྱིར་དེ་འགྲོད་པས་རྗེས་སུ་ཅ་ཅོ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་བར་བྱ་དཀའ་བའི་བྱ་བའམ། མཐར་མ་སྟོན་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འཇིག་  
 ཉིན་གང་དང་ཡང་ཚུད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པ་ལ་ཅ་ཅོ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཉོན་མོངས་པ་མེད་པ་  
 ལ་གནས་པ་སྟེ། ང་ཡི་བ་མེད་པ་ཡོངས་སུ་འཇིན་པ་མེད་པ། ལེན་  
 པ་མེད་པ་མཐུད་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ལ་ཅ་ཅོ་མེད་དོ། །རྗེ་ལྟར་དེ་ལ་ཅ་ཅོ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཅ་ཅོ་ཐམས་ཅད་སྤང་བའི་སྤྱིར་ཆོས་སྟོན་  
 ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བཅུ་  
 རྩ་པའོ། །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་གཉིས་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་བསྟེལ་བ་གང་གིས་ཆོས་གང་ལ་ཡང་  
 མོངས་པར་འགྱུར་བའི་བསྟེལ་བ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །  
 དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བསམ་གཏན་དང་རྣམ་  
 པར་ཐར་པ་ཏིང་ཅེ་འཇིན་དང་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 བསྟེལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོད་པ་དང་གཡོ་བ་ལ་རྣམ་པར་ལྟ་ཞིང་སོ་སོ་ཅི་རིགས་  
 པར་ཆོས་སྟོན་པ་ལ་བསྟེལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་དོན་

དང་ཚས་དང་ངས་པའི་ཚིག་དང་སྒྲིབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་  
 རིག་པ་རྣམས་ལ་བསྟེལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འདས་  
 པ་དང་མ་འོངས་པ་དང་ད་ལྟར་བྱང་བ་ལ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་མཐོང་བ་ལ་བསྟེལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རི་ལྟར་  
 བདག་ལ་བསྟེལ་བ་མེད་པ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བརྗེད་  
 པར་མི་འགྱུར་བར་ཚས་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བཅུ་བརྟན་པའོ། །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚས་  
 མ་འདྲེས་པ་ནི་གསུམ་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སེམས་མཉམ་  
 པར་མ་གཞག་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འཆག་གམ་ཞེས་  
 བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་སྟེ། ཏྲག་རྩ་མཉམ་པར་གཞག་པའི་ཉིང་དེ་  
 འཛིན་ཟབ་མོའི་མཚོག་ཐོབ་པ་སྦྱིབ་པ་མེད་པའི་བསམ་གཏན་ལ་  
 བསམ་གཏན་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བྱིན་གྱི་རྒྱབས་པ་  
 མ་གཏོགས་པར་སེམས་ཅན་གྱི་རིས་ན་སེམས་ཅན་གང་མཉམ་པར་  
 གཞག་ཀྱང་རུང་མཉམ་པར་མ་གཞག་ཀྱང་རུང་སྟེ། །སྤྱ་ཡང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་སེམས་ལ་ལྟ་བར་རྒྱས་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་རི་ལྟར་ཏྲག་རྩ་མཉམ་པར་གཞག་པ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་ཚས་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ལས་བཅོ་བརྒྱད་པའོ། །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཚས་མ་  
 འདྲེས་པ་ནི་བཞི་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་ཐ་དད་པའི་འདུ་ཤེས་གང་གིས་སེམས་  
 མི་མཉམ་པར་གནས་པར་འགྱུར་བའི་ཐ་དད་པའི་འདུ་ཤེས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། ཉམ་མཁའ་བཞིན་  
 ཏུ་ཞིང་མི་བྱད་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞིང་རྣམས་ལ་ཐ་  
 དད་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་དོ། །རང་བཞིན་གྱིས་བདག་མེད་པའི་སྤྱིར།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་རང་ཐ་དད་པའི་འདུ་  
 ཤེས་པ་མེད་དོ། །ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་འདྲེས་པ་མེད་ཅིང་མཉམ་པ་ཉིད་  
 ཏུ་ཤེས་པའི་སྤྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལ་ཐ་དད་  
 པའི་འདུ་ཤེས་མེད་དོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་  
 སྤྱིར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཆོས་རྣམས་ལ་ཐ་དད་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་  
 དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཚུལ་བྱིས་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་  
 སྤྱོད་ཆགས་པ་མེད། རང་ཚུལ་ངན་པ་ཅན་རྣམས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་པ་མེད།  
 བན་བཏགས་པ་རྣམས་ལ་ལན་ཏུ་བན་འདོགས་པ་མེད། གནོད་པ་  
 བྱས་པ་རྣམས་ལ་ལན་ཏུ་གནོད་པ་བྱེད་པ་མེད། གཏུལ་བར་འོས་པ་  
 རྣམས་ལ་རི་མོར་མ་ཡིན། ལྷག་པར་ངེས་པ་རྣམས་ལ་སྦྱོད་པ་མ་ཡིན་  
 ཀྱི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་མཉམ་པ་ཉིད་ཏུ་  
 གནས་པ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་ལྟ་བུ་འོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སོ་སོར་མ་  
 བཏགས་པའི་བཏང་སྟོམས་མེད་དོ། །དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་

གཤེགས་པའི་བཏང་སྟོམས་ནི་ལམ་བསྟོམས་པ་ཡིན་གྱི་ལམ་མ་  
 བསྟོམས་པ་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་བཞིན་དུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཏང་  
 སྟོམས་ནི་ཤེས་རབ་བསྟོམས་པ་ཡིན་གྱི་མ་བསྟོམས་པ་ཡང་མ་ཡིན་  
 བོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཏང་སྟོམས་ནི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྷན་པ་  
 ཡིན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པ་ཡིན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པར་  
 ལྷང་བ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་བཏང་  
 སྟོམས་ཆེན་པོ་དེ་ལྟ་བུ་སྤུན་སྤུམ་ཆོགས་པ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 བཏང་སྟོམས་དེ་ལྟ་བུ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་ཆོས་སྟོན་ཏེ།  
 འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་ཉི་ཤུ་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་  
 འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་དུག་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདུན་པ་ཉམས་  
 པ་མེད་པའོ། །དེ་ལ་འདུན་པ་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྟ་སྟེ། དགེ་བའི་ཆོས་  
 ལ་འདུན་པའོ། །དེ་ཡང་གང་ཞེ་ན། བྱམས་པ་ཆེན་པོ་ལ་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་འདུན་པ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིར་རྫོགས་  
 པོ་དང་། ཆོས་སྟོན་པ་དང་། སེམས་ཅན་འདུལ་བ་དང་། སེམས་ཅན་  
 ཡོངས་སུ་སྤྱིན་པར་བྱ་བ་དང་། རབ་དུ་དབེན་པ་དང་། སེམས་ཅན་  
 བྱང་ཆུབ་ཡང་དག་པར་འཇིག་དུ་བརྟུག་པ་ལ་འདུན་པ་ཉམས་པ་  
 མེད་དོ། །དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རིགས་རྒྱན་མི་གཙོད་པ་ལ་འདུན་  
 པ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འདུན་པས་འགྲོ་བ་མ་  
 ཡིན་གྱི། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདུན་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་

ཉིད་དེ་དེའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བརྟན་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཙུན་འགྲུས་  
ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་བཙུན་འགྲུས་ནི་  
འདི་ཡིན་ཏེ། འདི་ལྟ་སྟེ། འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཡལ་བར་མི་  
འདོར་བའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། ཆོས་ཉན་པ་རྣམས་ལ་བརྟན་པ་མེད་  
པའི་བཙུན་འགྲུས་སོ། །གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་ཀྱི་སྣོད་  
ཆོས་ཉན་པ་གང་བསྐྱེད་པར་ཡང་ཆོས་ཉན་པས་སྦྱོར་བར་མི་འགྱུར་  
བ་རྟེན་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཡང་ཆོས་སྦྱོན་ཞིང་ཁ་ཟས་དང་  
བྲལ་བའི་རྒྱུད་དུ་གྱུར་ཀྱང་བསྐྱེད་པར་ཡང་མི་ལྡང་དོ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་ལྟ་བུས་ཐ་ན་གང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་  
འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་ཕྱིར་ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་གང་  
གྲུའི་སྤྱང་གི་བྱེ་མ་རྟེན་འདའ་ཞིང་འགྲོ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་  
ལྷས་ངལ་བའམ་ངག་ངལ་བའམ་སེམས་ངལ་བ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཤིན་ཏུ་སྤྱངས་པ་བཙུན་འགྲུས་བརྩམས་པ་  
བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་སྤྲུལ་བ་སྟེ། ཡང་དག་པར་སྦྱོར་བའི་བཙུན་  
འགྲུས་གང་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་འཕགས་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར་བའི་བཙུན་འགྲུས་དེ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བསྐྱེད་  
པ་བྱེད་དེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་  
མ་འདྲེས་པ་ནི་བརྟན་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དྲན་པ་ནི་ཡང་  
 ཡེ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ཅི་འེ་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་  
 བསྟེལ་བ་མེད་དོ། །རིགས་ཀྱི་བྱ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྒྲ་ན་མེད་  
 པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་  
 སངས་རྒྱས་མ་ཐག་ཏུ་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱང་  
 བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྒྱད་ལ་རྣམ་པར་བལྟས་ཀྱང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་བསྟེལ་བ་ཤིན་ཏུ་མེད་དོ། །སེམས་ཅན་གྱི་སྦྱོད་  
 པ་རི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཏུ་ཤེས་ཀྱང་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཡེ་ཤེས་  
 གཏོང་བ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ནི་ཡུང་པོ་གསུམ་ཏུ་  
 རྣམ་པར་དགོད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དབང་པོ་ལ་འཇུག་པ་དང་།  
 སེམས་ཅན་གྱི་བསམ་པ་ལ་འཇུག་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་སྦྱོད་པ་ལ་  
 རྣམ་པར་ལྟ་བས་དྲན་པ་ཉམས་པ་མེད་དེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་  
 དྲན་པར་བྱས་སམ་བསམས་སམ་རྣམ་པར་བརྟགས་ཏེ། སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་མེད་དོ། །སྟོན་ཀྱང་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ཅི་འེ་  
 ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དྲན་པ་ནི་རི་ལྟར་ཡང་ཉམས་པ་  
 མེད་དོ། །དེ་རི་ལྟར་བདག་ཅས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་དགུ་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གང་ཡིན་  
 པ་དེ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དང་མི་མཉམ་པ་མ་ཡིན་པ་

དང་། ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་ནོ། །ཅིའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཉིང་དེ་  
འཛིན་ཉམས་པར་མི་འགྱུར་ཞིན། དེ་བཞིན་ཉིད་གང་དང་མཉམ་  
པ་དེ་དང་ཉིང་དེ་འཛིན་མཉམ་མོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་གང་དང་མཉམ་  
པ་དེ་དང་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་མཉམ་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་མཉམ་པར་  
བཞག་པ་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། །ཁམས་གསུམ་ཆར་ལ་ཡང་མི་  
གནས་པའི་ཕྱིར་ཉམས་པ་མེད་དེ། དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་  
ཉིང་དེ་འཛིན་ཉམས་པ་མེད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་གསེགས་པ་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཞེས་བྱ་བ་  
ལ་སོགས་པའི་བར་དུ་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་  
བརྟུ་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཤེས་རབ་ཉམས་  
པ་མེད་དོ། །ཤེས་རབ་གང་ཞིན། གང་ཆོས་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཤེས་  
པ་སྟེ་གཞན་གྱི་དྲིང་མི་འཛིག་པའི་ཤེས་པའོ། །སེམས་ཅན་གཞན་  
དག་དང་། གང་ཟག་གཞན་རྣམས་ལ་ཆོས་ཡང་དག་པར་སྟོན་པའི་  
ཤེས་པའོ། །སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ལ་མཁས་པས་ཆོག་རབ་དུ་  
དབྱེ་བ་ཤེས་པའོ། །ཆོག་གཅིག་ལ་འཕྲུག་པས་བསྐྱེད་པ་བརྟུ་སྟོང་  
དུ་གནས་ཤིང་སྟོན་པ་ཤེས་པའོ། །ཇི་ལྟར་དྲིས་པ་བཞིན་དུ་ཐེ་ཆོམ་  
གཙོང་པའི་ཤེས་པའོ། །ཐམས་ཅད་དུ་ཆགས་པ་མེད་པའི་ཤེས་པའོ། །  
ཐེག་པ་གསུམ་རྣམ་པར་དགོང་པར་བསྟན་པ་ཤེས་པའོ། །སེམས་ཅན་  
གྱི་སེམས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་བརྟུང་བྱི་བཞི་སྟོང་དུ་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའི་ཤེས་

པའོ། །ཆོས་ཀྱི་ཕུང་པོ་རྒྱད་ཀྱི་བཞི་སྟོང་སོ་སོ་ཅི་རིགས་པར་སྟོན་པ་  
 ཤེས་པའོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཤེས་རབ་མཐའ་ཡས་པ་  
 ཐུག་པ་མེད་པ་ཟད་པ་མེད་པ་ཆད་མེད་པ་བསྟན་པའོ། །ཇི་ལྟར་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ཉམས་པ་མེད་པ་དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱང་ཤེས་རབ་མི་ཟད་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་ཆོས་སྟོན་ཏེ། །འདི་ནི་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་ཉི་ཤུ་ཙུ་ལྔ་པའོ། །  
 །འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བརྟུ་གཅིག་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྣམ་པར་གྲོལ་  
 བ་ཉམས་པ་མེད་དོ། །དེ་ལ་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་སྟེ། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་སྒྲིའི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའོ། །རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་རྒྱུ་ཁོང་ཏུ་རྒྱུད་པའོ། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ནི་ཆགས་པ་དང་འཛིན་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་  
 བས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྟོན་གྱི་མཐའ་ཡང་མ་བཅིངས། བྱི་  
 མའི་མཐར་ཡང་མི་འཕོ། དེ་ད་ལྟར་བྱུང་བ་ལ་ཡང་མི་གནས་སོ། །  
 མིག་དང་གཟུགས་ལ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའོ། །  
 རྣ་བ་ལ་སོགས་པ་ཡིད་དང་ཆོས་ལ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་ལས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བ་སྟེ། འཛིན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་གནས་ལས་རྣམ་  
 པར་གྲོལ་བའོ། །སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་དེ་བཞིན་ཏུ་  
 ཤེས་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སེམས་ཀྱི་སྒྲིའི་ཅིག་གཅིག་དང་ལྷན་པའི་ཤེས་  
 རབ་ཀྱིས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་མངོན་



པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱའོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་ཆོས་སྟོན་ཏོ་  
 ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་  
 བེ་བཅུ་གཉིས་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་ལུས་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་  
 འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལུས་  
 ཀྱི་ལས་དེ་དང་ལྡན་པས་ལྟ་བུས་ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ། ལྷ་  
 བ་དང་ཅང་མི་ལྷ་བ་དང་བླ་བ་དང་སྦྱོང་ལམ་དང་མཆོན་དག་གིས་  
 ཀྱང་སེམས་ཅན་རྣམས་འདུལ་ཞེས་རྒྱས་པར་འབྱུང་ཞིང་སངས་རྒྱས་  
 བཙུག་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་སྦྱོང་ལམ་གང་སེམས་ཅན་འདུལ་བར་  
 མི་འགྱུར་བ་དེ་གང་ཡང་མེད་ངོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་སྟེ། འདི་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་བེ་བཅུ་གསུམ་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱ་གཞི་ལས་  
 ཐམས་ཅད་ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བའོ། །  
 དེ་ཅིའི་སྤྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་འབྲས་བུ་ཡོད་པའི་ཆོས་  
 སྟོན་པའོ། །ཆད་པར་ལུང་སྟོན་པའོ། །ཤིན་དུ་ངེས་པའི་ཆོག་སྤྲོ་བའོ། །  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་རྒྱ་གཞི་དེ་ཡང་ཀྱན་ཤེས་པར་བྱེད་པའོ། །རྣམ་  
 པར་ཤེས་པར་བྱེད་པའོ། །མི་མཐོ་བའོ། །མི་དམའ་བའོ། །མི་གཡོ་བའོ། །  
 ལྷ་བ་ལྷི་བ་ཅན་མ་ཡིན་པའོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་ནས་ནམ་མཁའི་  
 ཆད་ནི་རྗེས་སུ་འགྲོ་བའོ། །རྣམ་པའི་མཆོག་ཐམས་ཅད་དང་ལྡན་  
 པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་ཡན་ལག་དུག་ཅུ་དང་ལྡན་པར་བརྗོད་པར་བྱ་

ཞིང་། རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ངག་ནི་དེ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེའི་  
 མིར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་  
 འདྲེས་པ་ནི་བརྩ་བཞི་པའོ། །

གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ལས་ཐམས་ཅད་ཡེ་  
 ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱུང་བའོ། །དེ་ཅིའི་མིར་ཞེ་  
 བ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་སེམས་ཀྱི་བརྗོད་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན། ཡིད་  
 ཀྱིས་མ་ཡིན། རྣམ་པར་ཤེས་པས་མ་ཡིན་གྱི། ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་རབ་དུ་བྱེ་  
 བ་སྟེ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་པོར་གྱུར་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་དེ་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་སོང་བའོ་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་ངེས་པར་བསམས་པའོ། །ལམ་ཀྱི་ཡན་  
 ལག་ཤིན་དུ་བསྐྱོམས་པའོ། །ཉིང་དེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་ལ་གཞན་ཀྱི་  
 དྲིང་མི་འཛོག་པའོ། །དམིགས་པ་ལས་ཤིན་དུ་འདས་པའོ། །སྐྱེན་ལས་  
 སྐྱེ་བ་དང་བྱལ་བའོ། །སྲིད་པ་གསུམ་བསལ་བའོ། །བདུད་ཀྱི་ལས་  
 ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དང་། ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་དང་དབྱེར་མེད་པ་སྟེ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡིད་ཀྱི་ལས་  
 ཡེ་ཤེས་སྟོན་དུ་འགྲོ་བ་ནི་དེ་ལྟ་བུའོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་ཉི་ཤུ་ཙུ་དགུ་པའོ་ཞེས་བྱ་བའི་བར་དུ་  
 འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བཙུ་ལུ་པའོ། །

གཞན་ཡང་འདས་པའི་དུས་ལ་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་ཆགས་པ་མེད་  
 ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་གོ། །འདས་པའི་དུས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་

ཞིང་བྱང་བ་དང་ཞིག་པ་རི་སྟེང་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཟང་བའི་  
 ཚུལ་གྱིས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །དེ་དག་ན་རྩ་དང་ཤིང་གི་ལ་བ་དང་། སྟོན་  
 དང་ནགས་ཚལ་རྩ་ལྟར་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །  
 དེ་དག་ན་སེམས་ཅན་གྱི་ཚྭ་གས་སེམས་ཅན་རྩ་བཏགས་པར་ལྟར་  
 པ་རི་སྟེང་པ་དང་། སངས་རྒྱས་འབྱང་བ་རི་སྟེང་པ་དང་། སངས་  
 རྒྱས་རེ་རེས་ཚས་བསྟན་ཞིང་བརྗོད་པ་རི་སྟེང་པ་དང་། རི་སྟེང་ཅིག་  
 ཉན་ཐོས་གྱི་ཐེག་པ་ལ་བརྟུལ་བ་དང་། རི་སྟེང་ཅིག་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་  
 ལ་བརྟུལ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་  
 འབྱང་ཞིང་སེམས་གྱི་རྒྱད་ཀྱང་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །སེམས་གང་གི་འོག་  
 རྩ་སེམས་གང་བྱང་བ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བཟང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་  
 རྒྱ་ཤེས་ཏེ། དེ་ཡང་མངོན་སུམ་གྱི་ཤེས་པ་དང་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་ཤེས་  
 པས་སོ། །དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སེམས་གྱི་རྒྱད་འདས་པ་  
 བཏང་བ་རྣམས་ཀྱང་དམིགས་སོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་  
 དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པས་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བྱད་པར་ཚས་སྟོན་ཏོ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་འབྱང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་གྱི་ཚས་མ་འདྲེས་  
 པ་ནི་བཙུ་བྱག་པའོ། །

རིགས་གྱི་བྱ། གཞན་ཡང་མ་འོངས་པའི་རྩས་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་ཆགས་པ་མེད་ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་  
 གོ། །སེམས་ཅན་ནམ་ཚས་སམ་ཞིང་གང་དག་ཅིག་མ་འོངས་པ་ན་  
 འབྱང་བར་འགྱུར་བའམ་འཇིག་པར་འགྱུར་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེ་

བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་ཞིང་།  
མ་འོངས་པའི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་བསྐལ་བར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པར་མ་  
འོངས་པ་ལ་ལྟ་བུ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་སྟོན་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་  
འབྱུང་སྟེ། འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བརྩ་བརྩན་པའོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ།      གཞན་ཡང་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་དུས་ལ་དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་ཆགས་པ་མེད་ཅིང་ཐོགས་པ་མེད་  
པར་འཇུག་གོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྟོགས་བརྩ་དག་ན་ད་ལྟར་  
བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཐམས་ཅད་བགྲང་བའི་ཚུལ་གྱིས་རབ་  
དུ་ཤེས་སོ། །ད་ལྟར་བྱུང་བའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་རབ་དུ་ཤེས་  
སོ། །དེ་བཞིན་དུ་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་དང་། ཉན་ཐོས་  
དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་། སའི་  
ཁམས་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་རྩལ་གྱི་ཆར་བརྒྱགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བར་དུ་  
བགྲང་བའི་ཚུལ་གྱི་རབ་དུ་ཤེས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་ཆུའི་ཁམས་སྒྲིའི་  
ཆེ་མོས་སྒྲངས་པ་བགྲང་བའི་ཚུལ་དང་། མེའི་ཁམས་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་  
འགག་པ་བགྲང་བའི་ཚུལ་དང་། རྒྱང་གི་ཁམས་ཐམས་ཅད་གཟུགས་  
སྒྱ་གྱུར་པ་ལ་བབ་པའི་ཚུལ་དང་། རྣམ་མཁའི་ཁམས་ཐམས་ཅད་  
སྒྲིའི་ཆེ་མོས་རྒྱས་པར་དགའ་བའི་ཚུལ་གྱི་བར་གྱིས་རབ་དུ་ཤེས་  
སོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཅན་དཔྱལ་བ་ལ་སོགས་པའི་འགོ་བར་སྒྲེས་  
པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ལྟའི་  
སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཀྱང་རབ་དུ་ཤེས་སོ་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་སྒྱུར་བར་བྱ་

ཞིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ནི་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་རྣམ་  
པར་ཤེས་པ་མེད་ཅིང་གཉིས་སུ་མེད་པ་ལ་གཟུང་བའི་སྤྱིར་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱང་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་སུམ་ཅུ་ཅ་གཉིས་པའི་ཞེས་བྱ་བ་འབྱུང་སྟེ།  
འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ནི་བཙུ་བ་བཟུང་པའོ།

བྱ་བ་པ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རང་གི་མཆོན་ཉིད་ནི།

རྣམ་ཀྱན་མཁྱེན་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ནི། །

མདོན་སྤྱུམ་མཆོན་ཉིད་ཅན་དུ་འདོད། །

གཞན་ནི་ཉི་མེ་བ་ཉིད་ཀྱིས། །

མདོན་སྤྱུམ་ཞེས་བྱ་བ་མི་འདོད་དོ། ། ༡༡༤

གསུམ་པ་ཉིན་བསྐྱེད་ཞིང་སྟོང་ཚུལ་གྱི་དོན་བསྐྱེད་བ་ནི།

གང་ཞིག་འདྲེས་བྱས་མཆོན་ཉིད་དང་། །

འདྲེས་མ་བྱས་པའི་མཆོན་ཉིད་གང་། །

དེ་དེ་ཁོ་ནས་སྟོང་པ་ཉིད། །

དེ་ནི་རང་མཆོན་སྟོང་པ་ཉིད། ། ༡༡༥

རང་གི་མཆོན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་བཤད་ཟིན་ཏོ། །

བཙུ་བ་པ་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

ད་ལྟར་བ་འདི་མི་གནས་ཤིང་། །

འདས་དང་མ་འོངས་ཡོད་མ་ཡིན། །

གང་དུ་དེ་དག་མི་དམིགས་པ། །

དེ་ལ་མི་དམིགས་པ་ཞེས་བརྗོད། ། ༡༡༤

མི་དམིགས་པ་དེ་རང་རྩོམ། །

དེ་ཡིས་དབེན་པ་ཉིད་གང་དེ། །

ཟེར་བྱས་གནས་མིན་འདིག་མིན་པས། །

མི་དམིགས་ཞེས་བྱའི་སྟངས་ཉིད་དོ། ། ༡༡༥

འདས་པ་དང་མ་འོངས་པ་གཉིས་ཞིག་པ་དང་མ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེར་  
ལ། ད་ལྟར་བ་མི་གནས་པའི་སྐྱེར་དུས་གསུམ་ཆར་ཡང་མེད་དོ། །དེ་  
ལ་མི་དམིགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གང་དུ་དུས་གསུམ་མི་དམིགས་པའོ། །

རི་སྐད་དུ། དེ་ལ་ཟེར་བྱས་ཏུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པ་དང་། འདིག་  
པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱི་སྐྱེར་མི་དམིགས་པ་ནི་མི་དམིགས་པས་སྟངས་  
རོ། །དེ་ཅིའི་སྐྱེར་ཞེ་ན། དེའི་རང་བཞིན་དེ་ཡིན་པའི་སྐྱེར་ཏེ། འདི་ནི་  
མི་དམིགས་པ་སྟངས་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

བཙུ་བྱས་པ་དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྟངས་པ་ཉིད་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ནི།

རྒྱུན་ལས་བྱུང་བྱིར་དངོས་རྒྱལ་ལ། །

འདུས་ལ་ལ་ཡི་རོ་བོ་མེད། །

འདུས་ལ་ལ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས། །

སྟངས་ཉིད་དངོས་མེད་སྟངས་ཉིད་དོ། ། ༡༡༦

འདུས་པ་པ་ནི་འདུས་པ་ལས་བྱུང་བའོ། །རྒྱ་དང་རྒྱུན་ལས་བྱུང་  
བའི་སྐྱེར་ན་འདུས་པ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ། །རོ་བོ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་  
མེད་པ་ཉིད་ཡིན་ལ། དེའི་སྟངས་པ་ཉིད་ནི་དངོས་པོ་མེད་པའི་རོ་བོ་

ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །སྟོང་པ་ཉིད་བཅུ་དྲུག་པོ་དེ་དག་སྟོས་པ་དང་  
བཅས་པར་བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བཞིར་བཤད་པ་ལ། དངོས་པོ་དང་། དངོས་པོ་མེད་པ་  
དང་། རང་གི་ངོ་པོ་དང་། གཞན་གྱི་ངོ་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དང་བཞིའོ། །དང་པོ་ནི།

གང་གཞན་བཞི་པོ་དེ་དག་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

དངོས་པོ་འཛི་སྟེས་ནི་མདོར་བསྡུས་ན། །

ཕྱད་པོ་ལྷ་རྣམས་བརྗོད་པ་ཡིན། །

དེ་རྣམས་དེ་ཡིས་སྟོང་ཉིད་གང་། །

དེ་དངོས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་བཤད། ། ༡༡༮

དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཕྱད་པོ་ལྷའོ། །དངོས་པོ་ནི་དངོས་པོས་  
སྟོང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གོང་མ་བཞིན་ཏེ་འདི་ནི་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་  
ཅས་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

མདོར་བསྡུས་ན་ནི་དངོས་མེད་པ། །

འདྲས་མ་བྱས་ཆོས་རྣམས་ལ་བརྗོད། །

དེ་ནི་དངོས་མེད་དེས་སྟོང་ཉིད། །

དངོས་པོ་མེད་པ་སྟོང་ཉིད་དོ། ། ༡༡༩

དངོས་པོ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་འདྲས་མ་བྱས་ཀྱི་ཆོས་རྣམས་ཏེ་  
ནམ་མཁའ་དང་མྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །དེ་ལ་  
དངོས་པོ་མེད་པ་ནི་དངོས་པོ་མེད་པས་སྟོང་སྟེ། འདི་ནི་དངོས་པོ་

མེད་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ།

གསུམ་པ་རང་གི་ངོ་བོ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

རང་བཞིན་རྩོམ་ཉིད་མེད་ནི། །

རང་བཞིན་ཞེས་བྱའི་སྟོང་ཉིད་དེ། །

འདི་ལྟར་རང་བཞིན་མ་བྱས་པས། །

རང་བཞིན་ཞེས་ནི་བྱ་བར་བསྟན། ། ༡༡༡

རང་བཞིན་ཞེས་བྱ་བ་ནི་རང་བཞིན་ལ་བྱ་སྟེ། ཉན་ཐོས་སོགས་པ་  
རྣམས་གྱིས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། །རང་བཞིན་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་སྟོང་  
སྟེ། འདི་ནི་རང་བཞིན་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱའོ།

བཞི་པ་གཞན་གྱི་ངོ་བོ་སྟོང་པ་ཉིད་ནི།

སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་བྱང་བའམ། །

མ་བྱང་ཡང་བྱང་དངོས་ལྟ་ནི། །

དངོས་པོ་ཀྱན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད། །

གཞན་གྱི་དངོས་པོར་རབ་བྱ་བསྟན། ། ༡༡༢

ཡང་དག་མཐའ་དང་དེ་བཞིན་ཉིད། །

དེ་གཞན་དངོས་པོའི་སྟོང་ཉིད་དོ། །

གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་མཆོག་ཏུ་བྱང་བའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དོ། །དེའི་  
མཆོག་ཏུ་བྱང་བ་ཉིད་ནི་རྟག་ཏུ་ཡོད་པ་ཉིད་དོ། །རྣམ་པ་གཅིག་  
ཏུ་ན་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ནི་ཡེ་ཤེས་སུ་ལ་བྱང་བས་རྟོགས་པར་



བྱ་བའི་དངོས་པོ་སྟེ། དེ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་ངོ་། །ཡང་ན་པ་རོལ་  
ན་ཡོད་པ་ནི་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ལོ། །འཁོར་བ་ལས་འདས་པའི་ཕྱིར་  
གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་སྟེ། རྣམ་པར་  
འགྱུར་བ་མེད་པས་དོན་དེ་བཞིན་ཉིད་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
ཅན་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་ནི་གཞན་གྱི་དངོས་པོ་སྟོང་པ་ཉིད་དོ། །

གསུམ་པ་དོན་བསྟུ་བ་ནི།

ཤེས་རབ་པ་རོལ་བྱིན་རྒྱལ་ལས། །

དེ་དག་དེ་སྐད་རབ་ཏུ་བསྒྲགས། །༡༡༩

གསུམ་པ་སའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་དེ་མཚུག་བསྟུ་བ་ལ། བདེན་གཉིས་རྟོགས་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་འགོག་པ་ལ་འཕྲུག་སྟིང་རྗེས་སེམས་ཅན་མི་འདོར་བའི་རྒྱལ། ས་གོང་  
མར་འཕགས་གཞན་ཟིལ་གྱིས་གཞོན། བདེན་གཉིས་རྟོགས་པས་དོན་གཉིས་མཐར་  
ཕྱིན་པར་འགྱུར་རྒྱལ་དང་བཞིའི། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ལ་ལྷག་པར་མོས་པའི་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་ལུལ་ཏུ་  
བྱང་བ་བརྗོད་པའི་སྒྲོ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐབས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

དེ་ལྟར་སྒྲོ་བྱོས་ཟེར་གྱིས་སྟོང་བ་གསལ་བྱས་པ། །

རང་གི་ལག་ན་གནས་པའི་སྐུ་རུ་ར་བཞིན་ཏུ། །

སྟིང་གསུམ་འདི་དག་མ་ལྟས་གདོད་ནས་སྐྱེ་མེད་པར། །

རྟོགས་དེ་ཐ་སྟོང་བདེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་འགོག་པར་འགྲོ། ། ༡༢༠

དེ་ལྟར་གྱི་སྒྲ་ནི་རི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དབྱད་པ་ཉི་བར་  
 ལྟོན་པའི་དོན་དུ་ལོ། རི་སྐད་བཤད་པའི་རྣམ་པར་དབྱད་པ་ལས་  
 བྱང་བའི་སྒོ་གྲས་གྱི་འད་ཟེར་གྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་གཤམ་  
 བྱེད་པའི་ལུན་པ་འཛོམས་པའི་སྤང་བ་གསལ་བར་བྱས་པ་གང་ལ་  
 ཡོད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་དེ་སྐད་ཅེས་བྱའོ། །དེ་ནི་  
 ཀུན་རྫོབ་གྱི་བདེན་པའི་སྟོབས་གྱིས་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་  
 པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་སྟོང་རྗེས་སེམས་ཅན་མི་འདྲོར་བའི་ཚུལ་ནི།

འགོག་པའི་ངོ་བོས་འགྲོ་བ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པའི་བསམ་པ་ཡོངས་  
 སུ་འདྲོར་བ་ཡང་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་བཤད་པ།

རྟག་ཏུ་འགོག་པར་རྟོགས་པའི་བསམ་ལྡན་ཡིན་མོད་གྱི། །

འགྲོ་བ་མགོན་ཅིང་པ་ལ་སྟོང་རྗེས་སྐྱབ་པར་བྱེད། །

འདིའི་སྒྱུར་བ་ནི་འཁོར་བར་གཏོགས་པ་ཡིན་ལ། ལྷག་པའི་  
 བསམ་པ་ནི་མུ་ངན་ལས་འདས་པར་གཏོགས་པ་ཡིན་པས་འགྲོ་བ་  
 མགོན་ཅིང་པ་ལ་འདིའི་སྟོང་རྗེས་ཅིན་ཏུ་རྣམ་པར་འཕེལ་བར་  
 འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་ས་མོང་མར་འཕགས་གཞན་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ནི།

དེ་གོང་བདེ་གཤེགས་གསུང་སྐྱེས་སངས་རྒྱས་འབྲིང་བཅས་ནི། །

མ་ཁྲུས་པ་རྣམས་སྒྲི་ཡིས་ལམ་པར་བྱེད་པ་འདྲ་ཡིན། ། ༡༣༥

སངས་རྒྱས་བར་མ་རྣམས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ནི་སངས་

ཀྱས་འབྲིང་བཅས་སོ། །དེ་དག་སྤྱི་ཡོན་ཞེ་ན། བདེ་བར་གཤེགས་པའི་  
གསུང་ལས་སྐྱེས་པ་ནམས་ཏེ་ཉན་ཐོས་ནམས་སོ་ཞེས་བྱ་བའི་དོན་  
རྟོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་རྒྱལ་པ་དེའི་  
གོང་རོལ་བདུན་པ་ལ་སོགས་པར་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཕམ་པར་བྱེད་དོ། །

བཞི་པ་བདེན་གཉིས་རྟོགས་པས་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པར་འགྱུར་ཚུལ་ནི།

ཀྱན་རྫོབ་དེ་ཉིད་གཤོག་ཡངས་དཀར་པོ་རྒྱས་གྱུར་པ། །

བབ་བའི་རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་སྐྱེ་བོའི་བབ་པ་ཡི། །

མདུན་ཏུ་བདར་ནས་དགེ་བའི་རྒྱང་གི་འཁྱགས་སྟོབས་ཀྱིས། །

རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་ལ་རོལ་མཚོག་ཏུ་འགྲོ། ། ༡༡༤

དེའི་ཀྱན་རྫོབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམས་ཀྱང་ཆེས་ལྷག་པར་རབ་ཏུ་  
འབར་བར་འགྱུར་རོ། །གང་གིས་ན་འདི་སྐྱེ་བོའི་ངང་པ་ལུལ་ཏུ་བྱང་  
བ་བསྐྱེད་པ་ནམས་དང་ལྷན་ཅིག་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་  
ཆེན་པོའི་ལ་རོལ་ཏུ་འགྲོ་བར་འགྱུར་བ་བདེན་པ་གཉིས་པོ་དེ་ནི་  
འདིའི་གཤོག་པ་ཡངས་པ་གཉིས་ཡོན་ནོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་རྒྱལ་པ་  
བཤད་ཟིན་རྟོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་  
པ་རྒྱལ་པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྟན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

རིང་དུ་སོང་འདིར་འདི་ནི་སྐྱད་ཅིག་དང་། །

སྐྱད་ཅིག་ལ་ནི་འགོག་པར་འཇུག་འགྱུར་ཞིང་། །

ཐབས་ཀྱི་པ་རོལ་བྱིན་ལེགས་འབར་བ་ཟོབ། ། ༡

འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ནི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་ལ་  
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་ཡིན་པས། དེ་བཞིན་ཉིད་ལ་འགོག་པ་ཞེས་  
བརྗོད་དེ་འདིར་སྟོས་པ་ཐམས་ཅད་འགག་པར་འགྱུར་བའི་བྱིར་རོ། །

ས་བརྟན་པ་རིང་དུ་སོང་བ་འདིར་ནི་ས་དུག་པ་ཐོབ་པའི་འགོག་  
པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྐྱད་ཅིག་དང་སྐྱད་ཅིག་ལ་སྟོམས་  
པར་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ།

རི་སྐྱད་དུ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྲས་དག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དུག་  
པ་ཡན་ཆད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་  
ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བརྟན་པ་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་ནི་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་དང་སེམས་ཀྱི་སྐྱད་ཅིག་ལ་ཡང་  
འགོག་པ་ལ་སྟོམས་པར་འཇུག་ཅིང་ལྷང་ཏེ། འགོག་པ་མངོན་སུམ་དུ་  
བྱས་ཞེས་ནི་མི་བྱའོ། །ཞེས་རྒྱས་པར་གསུངས་སོ། །

འདིའི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ཆེས་ཡོངས་  
སུ་དག་པར་ཡང་འགྱུར་རོ། །ཤེས་རབ་ཉིད་རྣམ་པ་བྱང་པར་དུ་  
ཞུགས་པ་ལ་ཐབས་དང་སྟོན་ལམ་དང་སྟོབས་དང་ཡེ་ཤེས་ཞེས་ཤེས་  
པར་བྱ་ཏེ། རབ་དུ་རྣམ་པར་འབྱེད་པའི་གནས་སྐབས་ཁོ་ནར་ཤེས་

རབ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་རོལ་ཏུ་སྤྱོན་པ་ནིས་བརྗོད་ཀྱི་གཞན་དུ་ནི་  
མ་ཡིན་ནོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་  
བརྟན་པའོ། །

བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ་བཤད་པ་ལ། སའི་ངོ་ཐོ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་  
ཀུས་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའི་དབང་རུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

ཡང་ཡང་སྒྲར་དགེ་ལས་ལྷན་ཐོབ་བྱའི་བྱིར། །

གང་རུ་བྱིར་མི་སྟོན་པ་ཉིད་འགྱུར་བ། །

མི་གཡོ་དེ་ལ་བདག་ཉིད་ཆེ་དེ་འབྱུག།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དེ་ནི་ཡང་དང་ཡང་རུ་སྒྲར་གྱི་དགེ་བ་  
ལས་ལྷན་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཆེད་རུ་གང་རུ་དེ་བྱིར་མི་སྟོན་པར་  
འགྱུར་བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ས་བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ་ལ་འབྱུག་  
པར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་ཡང་དང་ཡང་རུ་སྒྲར་གྱི་དགེ་བ་ལས་ལྷན་པ་ཐོབ་པ་ནི།  
རི་སྐད་རུ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་  
པོར་འགོ་བའི་གྲུ་པོ་ཆེ་ནི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་མ་ཐུག་གི་བར་རུ་ཆེད་  
རུ་བསྐྱེད་ཅིང་འགོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆོ་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་  
བྱིན་མ་ཐག་རུ་རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས་བསྐྱེད་ནས་ཆེད་རུ་འབད་  
མི་དགོས་པར་འགོ་སྟེ། དེས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ་ཉིན་གཅིག་གིས་ཅི་  
ཆོད་པ་དེ་ནི་སྟོན་ཆེད་རུ་བསྐྱེད་ཅིང་འགོ་བས་ལོ་བརྒྱར་ཡང་དེ་  
སྟེད་རུ་ཆོད་མེད་པར་བྱིན་པར་མི་རུས་སོ། །

གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་དག་དེ་བཞིན་རུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དགེ་  
བའི་རྩ་བའི་ཚོགས་ཤིན་རུ་བསགས་པ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་དག་

པར་བསྐྱབས་པ་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པའི་རྒྱ་མཆོར་  
 ཕྱིན་ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱིས་ཡུད་ཅམ་ཅིག་ལ་ཐམས་  
 ཅད་མཁྱིན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཅི་ཅམ་གཞོན་པ་དེ་ནི་སྦོན་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བའི་ལས་གྱིས་བསྐྱེད་པ་འབྱུང་དུ་ཡང་དེ་སྟེད་དུ་དཔག་དུ་མེད་པ་  
 གཞོན་པར་མི་རྒྱས་སོ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། པར་ཕྱིན་དང་ཡོངས་འཛིན་གྱི་ཡོན་  
 ཏན། སྲིད་གསུམ་སྒྲ་མར་གྱུར་ཀྱང་སངས་རྒྱས་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱབ་ཚུལ། འཁོར་བ་  
 འགགས་ཀྱང་དབང་བརྒྱས་སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་རྣམས་པར་བྱེད་ཚུལ་དང་གསུམ་གྱི་  
 དང་པོ་ནི།

འདི་ཡི་སྦོན་ལམ་གྱི་ཏུ་དག་འབྱུར་ཞིང་། །

རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱིས་འགོག་ལས་སྦོང་བར་མཛད། ། ༡

འདིས་སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པར་གྱུར་པ་ན་སྦོན་ལམ་ཆེན་པོ་  
 བརྒྱལ་སོགས་པ་སྦོན་ལམ་འབྱུང་ཕྲག་གངས་མེད་པ་ཕྲག་བརྒྱ་གང་  
 དག་མངོན་པར་བཏབ་པ་དེ་དག་འདི་ལ་ཡོངས་སུ་དག་པར་འབྱུར་  
 བས་འདིའི་སྦོན་ལམ་གྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཆེས་ལྷག་པར་འབྱུར་རོ། །  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྱིས་མི་གཡོ་བ་འདི་ནི་གཞོན་ནུའི་  
 སར་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ། དགྲ་པར་ནི་རྒྱལ་ཚབ་ཐོབ་ལ། བརྒྱ་པར་ནི་  
 འཁོར་ལོས་རྒྱུར་བ་ལྟར་རྒྱལ་བ་རྣམས་གྱིས་དབང་བསྐྱུར་རོ། །བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་མི་གཡོ་བར་འགོག་པ་ལ་སྦོམས་པར་ཁྱགས་  
 པར་གྱུར་པ་ན། སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྷན་འདས་རྣམས་གྱིས་འགོག་པ་

ལས་སྤོང་བར་ཡང་མཛད་དོ། །

རི་སྐད་དུ། གྱེ་རྒྱལ་བའི་སྲས་དག་དེ་ལྟར་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་  
ས་མི་གཡོ་བ་འདི་ལ་གནས་པའི་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་སྤོན་གྱི་སྤོན་  
ལམ་གྱི་སྤོབས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཆོས་གྱི་སྤོའི་རྒྱུ་དེ་ལ་གནས་པ་དེ་  
ལ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་རྣམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཕྱེ་  
ཤེས་ཉི་བར་བསྐྱབ་པར་མཛད་དོ། །

དེ་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་ཀྱང་བཀའ་སླུལ་ཏེ། རིགས་གྱི་བྱ། ལེགས་སོ། །  
ལེགས་སོ། །སངས་རྒྱས་གྱི་ཆོས་རྒྱུ་སྤོབས་པར་བྱ་བ་ལ་འདི་ནི་  
དོན་དམ་པའི་བཟོད་པ་ཡང་ཡིན་ན། འོན་ཀྱང་རིགས་གྱི་བྱ་གང་  
ངེད་གྱི་སྤོབས་བརྒྱ་དང་མི་འཇིགས་པ་བཞི་ལ་སོགས་པ་སངས་རྒྱས་  
གྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་བྱོད་ལ་མེད་ཀྱི། སངས་  
རྒྱས་གྱི་ཆོས་ལུན་སུམ་ཆོགས་པ་དེ་ཡོངས་སུ་བཙུག་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་བ་  
བྱོས་ཤིག །བཙོན་འགྲུས་ཚུམས་ཤིག །བཟོད་པའི་སྤོའི་ཉིད་ཀྱང་མ་  
དོར་ཞིག །

རིགས་གྱི་བྱ་བྱོད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་ཞི་བའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལ་གནས་  
པ་ཐོབ་ཀྱང་བྱིས་པ་སོ་སོའི་སྤྱོད་པ་མ་ཞི་བ་རབ་དུ་མ་ཞི་བ་ཉོན་  
མོངས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱན་དུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བ་རྣམ་པར་ཉོག་པ་  
རྣམ་པ་སྤྲོ་ཆོགས་ཀྱིས་ཡིད་གཡེན་སྤྱོད་བ་འདི་དག་ལ་སོམས་ཤིག །

གཞན་ཡང་རིགས་གྱི་བྱ་སྤོན་གྱི་སྤོན་ལམ་དང་ཞེས་རྒྱ་ཆེར་  
འབྱུང་བ་ནས། གལ་ཏེ་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་དེ་དག་གིས་



བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ལ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་  
པར་སྐྱབ་པའི་སྒོ་ནམས་སུ་གཞུག་པ་མཛད་དུ་བྱིན་ན། དེ་དེ་ཉིད་གི་  
ཆོ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་  
པའི་བར་དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ་སྤིང་གསུམ་སྒྲ་མར་གྱུར་ཀྱང་སངས་རྒྱས་གི་ཡོན་ཏན་སྐབ་ཚུལ་ནི།

གང་གི་སྤྱིར་འདི་དེ་ལྟར་འགོག་པ་ལས་སྤྱོད་བ་དེ་ཉིད་གི་  
སྤྱིར་འདི་ནི།

ཆགས་ལ་མེད་པའི་སྒོ་ནི་སྒྱུན་ནམས་དག་དང་ལྷན་གཅིག་མི་གནས་སྤྱིར། །

ས་བརྒྱད་པ་ལ་བྱི་མ་དེ་དག་རྒྱུར་བཅས་ཉེ་བར་ཞི་འགྱུར་ཞིང་། །

ཉོན་མོངས་ཟད་ཅིང་ས་གསུམ་སྒྲ་མར་གྱུར་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ནམས་གི་ནི། ། ༡

འབྱོར་བ་མཁའ་ལྟར་མཁའ་བྲལ་མ་ལྟས་སྒོའ་པར་བྱས་མ་ཡིན། །

ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་གི་ཉི་མ་ཤར་བས་ཐུན་པ་ལྟར་  
ཉོན་མོངས་པ་སྤར་བྱང་བ་འཁོར་བར་སྐྱེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་ཁམས་  
གསུམ་ན་སྤྱོད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྩ་བ་དང་  
བཅས་པར་ནི་བ་ཁོ་ནར་འགྱུར་ལ། དེ་དེ་སྤངས་པས་ས་གསུམ་གི་  
སྒྲ་མ་ཉིད་དུ་གྱུར་དུ་བྱིན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་གནས་  
སྐབས་དེར་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ནམས་གི་འབྱོར་པ་ཐོབ་  
པར་མི་རུས་ཏེ། དེ་ཐོབ་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་འདིས་བསྐྱེམ་པར་བྱ་དགོས་  
སོ། །དེ་དེ་ཉིད་གི་ཆོ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་ཏེ་ཞེས་

འབྲུང་བའི་ཕྱིར། འདི་ཁམས་གསུམ་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་  
 ཉིད་སྲིད་པ་ཡིན་ཏེ། འདྲོད་ཆགས་དང་མ་བྲལ་བ་ལ་ཟུང་ན་ལས་  
 འདས་པ་ཐོབ་པ་སྲིད་པ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གསུམ་པ་འཁོར་བ་འགགས་ཀྱང་དབང་བཅུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་རྒྱལ་ས་ར་  
 བྱེད་ཚུལ་ནི།

གལ་ཏེ་འདིས་དེར་ཁམས་གསུམ་ལས་འདྲོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བར་གྱུར་ན། དེའི་ཆོ་འཁོར་བ་འགགས་པས་རི་ལྟར་འདི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ཆོས་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱལ་ས་པར་འགྱུར་ཞེ་ན། བཤད་པ།

འཁོར་བ་འགགས་ཀྱང་དབང་རྣམས་བརྩམས་པ་ཐོབ་པར་གྱུར་ཞིང་དེ་དག་གིས། །  
 སྲིད་པ་ལི་འགྲོ་བར་རང་གི་བདག་ཉིད་སྣ་ཆོག་སྟོན་ལར་བྱེད་པར་འགྱུར། ། ༡

འདིར་འཁོར་བ་ནི་འགགས་མོད་ཀྱི་དེ་ལྟ་ན་ཡང་འདི་ལ་དབང་  
 བཅུ་པོ་དག་ཉེ་བར་སྐྱེ་ལ། དེ་དག་གིས་འདིས་ཡིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱི་  
 ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་བདག་ཉིད་ཀྱི་དངོས་པོ་སྣ་ཆོག་སྟོན་པར་བྱེད་  
 ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིའི་ཆོག་སྟོན་མ་ལུས་པར་ཡོངས་སུ་རྒྱལ་ས་པར་མི་  
 འགལ་ལོ། །

དེ་ལ་དབང་བཅུ་ནི། རི་སྐད་དུ། བསྐྱལ་བ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་  
 ཡང་བརྗོད་དུ་མེད་པར་ཆོ་ཆད་བྱིན་གྱིས་སྟོབ་པས་ཆོ་ལ་དབང་བ་  
 འཐོབ་པོ། །ཉིང་ངེ་འཛིན་ངེས་པར་སེམས་པ་དཔག་དུ་མེད་པའི་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱིས་འཇུག་པས་སེམས་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་ཐམས་ཅད་རྒྱན་བཞུགས་པ་དུ་མས་རབ་དུ་བརྒྱན་པའི་བྱིན་གྱི་

ཆལས་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་ཡོ་བྱད་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །ལས་ཀྱི་ནམ་  
 པར་སྒྲིན་པ་བྱིན་གྱི་ཆལས་ཀྱིས་རུས་རི་ལྟ་བ་བཞིན་ཏུ་སྟོན་པས་  
 ལས་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་ཏུ་སྐྱེ་  
 བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་སྐྱེ་བ་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་  
 དང་། རུས་གང་ཏུ་ཅི་དགའ་བར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་སྟོན་ལམ་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རབ་ཏུ་གང་བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་  
 མོས་པ་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཏུ་རྩ་  
 འབྲུལ་གྱི་ནམ་པར་འབྲུལ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་རྩ་འབྲུལ་ལ་དབང་བ་  
 འཐོབ་པོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོབས་དང་། མི་འཇིགས་པ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་དང་། མཚན་དང་། དཔེ་བྱད་བཟང་  
 པོ་དང་། མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་ཡོ་  
 ཤེས་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །མཐའ་དང་དབུས་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲོ་  
 རྣུང་བ་ཀྱན་ཏུ་སྟོན་པས་ཆོས་ལ་དབང་བ་འཐོབ་པོ། །ཞེས་རྒྱས་པར་  
 གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དབྱ་མ་ལ་འབྲུག་པའི་  
 བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱད་པའོ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པའི་དབང་ཏུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།  
 དགུ་པ་ལ་ནི་དེའི་སྟོབས་སྟོ་ཞིག་མཐའ་དག་རྫོགས་པར་དག་འགྱུར་ཞིང་། །  
 དེ་བཞིན་ཡང་དག་རིག་ཆོས་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པ་འདྲ་འཕྲོལ་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་དགུ་པར་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 སྟོབས་ཀྱི་པ་རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་ཆོས་ཡོངས་སུ་དག་པར་འགྱུར་ཞིང་སོ་  
 སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་རང་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་དག་པ་བཞི་  
 ཡང་འཕྲོལ་ཏེ། ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། དོན་སོ་སོ་  
 ཡང་དག་པར་རིག་པ་དང་། དེས་པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་  
 པ་དང་། སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པ་ལོ། །

དེ་ལ་ཆོས་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 རང་གི་མཆོན་ཉིད་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །དོན་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་  
 པས་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྣམ་པར་དབྱེ་བ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །དེས་  
 པའི་ཆོག་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པས་ནི་ཆོས་རྣམས་མ་འདྲེས་པར་  
 སྟོན་པ་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །སྟོབས་པ་སོ་སོ་ཡང་དག་པར་རིག་པས་ནི་  
 ཆོས་རྣམས་ཀྱི་མཐུན་པའི་རྒྱ་རྒྱན་ཆད་པ་མེད་པ་ཉིད་ཏུ་རབ་ཏུ་  
 ཤེས་སོ། །

སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་  
 བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་དགུ་པ་ལོ། ། །

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཅུ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།  
 བཅུ་པའི་ས་ལ་དེ་ཡིས་ཀྱན་ནས་སངས་རྒྱས་རྣམས་ལས་དབང་བསྐྱར་བ། །  
 དམ་ལ་ཐོབ་ཅིང་ཡི་གེས་ལྷན་པར་མཆོག་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའང་ཡིན། །  
 ཆར་སློན་རྣམས་ལས་རྒྱ་ཆར་འབབ་པ་ནི་ལྷར་དེ་བཞིན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱི། །  
 དགེ་བའི་ལོ་ཐོག་ཆེད་ཏུ་རྒྱལ་ཕྱས་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་བྱེད་ཆོས་ཆར་འབབ། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་བཅུ་པ་ལ་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་ལ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་དབང་བསྐྱར་  
 ཏེ། ཇི་སྐད་དུ། དེ་ལ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྲངས་མེད་པ་འབྱུང་སྐྱེ་བཅུ་རི་  
 སྟེང་པའི་ཐ་མ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པའི་ཡི་གེས་དང་བྲད་པར་མེད་པར་དབང་བསྐྱར་བ་དང་  
 ལྷན་པ་ཞེས་བྱ་བ་མངོན་དུ་འགྱུར་ཏེ། མངོན་དུ་གྱུར་མ་ཐག་ཏུ་སྟོང་  
 གསུམ་འབྱུང་སྐྱེ་བཅུ་རི་གཏོས་དང་མཉམ་པའི་རིན་པོ་ཆེ་ཆེན་  
 པོའི་པར་རིན་པོ་ཆེ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྷན་པས་སྤྱོད་  
 པ་ཞེས་བྱ་བ་ནས་རྒྱས་པར་སྟོང་གསུམ་འབྱུང་སྐྱེ་བཅུ་རི་ཆང་བའི་  
 རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་རྩལ་སྟེང་ཀྱི་པར་འཁོར་དང་ལྷན་པ་འབྱུང་བར་  
 འགྱུར་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེའི་ལུས་ཀྱང་དེ་དང་འཆམ་ཞིང་  
 དེའི་རྒྱུན་དུ་འབབ་པར་གནས་སོ། །དེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ཐོབ་མ་ཐག་  
 ཏུ་པར་དེ་ལ་འདུག་པར་ཀྱན་དུ་སྤྱང་ངོ། །དེ་དེ་ལ་འདུག་པ་དང་  
 སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྷན་འདས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཀྱན་ནས་གདན་  
 འཛོམ་པ་རྣམས་ཀྱི་མཛོད་སྤྱོད་ནས་འོད་ཟེར་དག་ཕྱང་ནས། བྱང་ཆུབ་

སེམས་དཔའ་དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་བར་མཛད་དོ། །ཞེས་བྱ་བའི་བར་  
དུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུར།

འདྲིའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཕ་རོལ་དུ་སྤྱོད་པ་ཆེས་ཡོངས་སུ་དག་པར་ཡང་  
འགྱུར་ལ། སྤྱོད་ཆེན་པོ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་གྱི་དགེ་བའི་ལོ་ཐོག་མངོན་  
པར་སྤེལ་བའི་བྱིར། ལྷན་གྱི་གྲུབ་པར་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཆར་ཡང་  
མངོན་པར་འབེབས་སོ། །སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྩུ་བ་བཤད་ཟིན་ཏོ། །  
དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་པ་བརྩུ་བའོ། །

གཉིས་པ་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ལ། ས་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ་དང་།  
གསུམ་པ་སོགས་དང་། བརྒྱད་པ་དང་། དགུ་པ་དང་། བརྒྱ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་  
རྒྱལ་གྱི་དང་པོ་ནི།

ད་ནི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་པོ་ནས་བརྩམས་ཏེ། དེ་དག་གིས་ཡོན་  
ཏན་གྱི་གྲངས་ཐོབ་པའི་དབང་རྒྱ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

དེའི་ཆེ་འདིས་ནི་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་ཞིང་། །

དེ་དག་བྱིན་གྱི་རྒྱལ་ས་ཀྱང་འདི་ཡིས་རྟོགས། །

དེ་ཉིད་ཆེ་ནི་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུད་གནས་ཞིང་། །

སྟོན་དང་བྱི་མའི་མཐར་ཡང་ཡང་དག་འཇུག །

སྟོན་ཉིད་འདི་ན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོན་ལས་ཡང་འཇུག་ཅིང་གཏོང་བྱེད་དེ། །

འདི་ག་རྟོན་ཁམས་བརྒྱ་འདི་ཡིས་ཀྱན་ནས་གཡོ་ཞིང་སྒྲུང་བར་བྱས། །

དེ་བཞིན་རྒྱ་འབྱུང་གིས་དེ་སེམས་ཅན་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོན་བྱེད་ཅིང་། །

བརྒྱ་ཕྱག་གྲངས་དང་རྟོན་འབྱེལ་ཞིང་དག་རྒྱ་ཡང་འགྲོ་བར་འགྱུར། །

དེ་ནི་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་མས་ཡང་དག་འབྱེད་བྱེད་བྱུང་དབང་སྒྲས། །

རང་གི་ཤུས་ལ་ཤུས་ནམས་ཀྱན་ནས་སྟོན་བར་བྱེད་པ་འདྲ་ཡིན། །

རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་པས་མཐོས་འབྱོར་ཤུས་ནི་རེ་རེ་ཞིང་། །

རྒྱལ་བའི་སྒྲས་ལོ་བརྒྱ་ཕྱག་དག་དང་རྟོན་སྒྱ་འབྱེལ་བའདྲ་སྟོན། །

འི་སྐད་རྒྱ། རབ་རྒྱ་བྱུང་ནས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་ཐང་ཅིག་ཡུད་ཅམ་

ཅིག་ལ་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྒྱ་རབ་ཏུ་འཐོབ་ཅིང་དེ་དག་ལ་སྟོམས་པར་  
འཇུག་པ་ཡང་འཇུག་པ་དང་། སངས་རྒྱས་བརྒྱ་མཐོང་བ་དང་། དེ་  
དག་གིས་བྱིན་གྱི་ལྷབས་ཀྱང་ཡང་དག་པར་ཤེས་པ་དང་། འཛིག་  
རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་གཡོ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཞིང་བརྒྱར་ཡང་འགྲོ་བ་  
དང་། འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་བརྒྱ་སྤང་བར་བྱེད་པ་དང་། སེམས་ཅན་  
བརྒྱ་ཡོངས་སུ་སྦྱིན་པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱལ་པ་བརྒྱར་ཡང་གནས་  
པར་བྱེད་པ་དང་། བསྐྱལ་པ་བརྒྱ་ལ་སྟོན་དང་སྤྱི་མའི་མཐར་འཇུག་  
པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྟོབས་བརྒྱ་རྣམ་པར་འབྱེད་པ་དང་། ལྷས་བརྒྱ་ཀུན་  
ཏུ་སྟོན་པ་དང་། ལྷས་རེ་རེ་ཡང་འཁོར་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔལ་བརྒྱ་  
བརྒྱ་དང་ལྷན་པར་ཀུན་ཏུ་སྟོན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གཉིས་པ། ས་གཉིས་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ནི།

མྱོ་ལྷན་རབ་ཏུ་དགའ་བར་གནས་པས་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ནི། །

ཐོབ་པར་གྱུར་ནས་དེ་བཞིན་ཁོ་ནར་དྲི་མ་མེད་གནས་པས། །

དེ་དག་སྟོང་ནི་ཡང་དག་ཐོབ་པར་འགྱུར་ནི་.....

སེམས་དང་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔལ་འདིས་ཡོན་  
ཏན་གྲངས་བརྒྱ་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་པ་གང་དག་ཐོབ་པ་དེ་དག་པོ་  
ན་སེམས་གཉིས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔལ་སྟོང་འཐོབ་  
པར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་ཀྱང་ཆེར་བགྲང་བར་བྱའོ། །

གསུམ་པ། ས་གསུམ་པ་སོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི།

ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཉིད་སེམས་བསྐྱེད་པ་གསུམ་པ་ལ་སོགས་པ།



.....ས་ལྡ་པོ། །

འདི་དག་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིས་ནི་འབྱུང་ཕྱག་དང་། །

བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འཛོལ་ཅིང་དེ་ཡིས་བྱེ་བ་སྟོང་འགྱུར་འཛོལ། །

དེ་ནས་བྱེ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་འགྱུར་ཡང་འཛོལ་བྱེ་བ་ཕྱག །

ཁྲག་ཁྲིག་ཕྱག་བརྒྱར་ཚོགས་པར་སྒྱུར་དང་སྒྱར་ཡང་སྟོང་ཕྱག་ཀྱང་། །

ཡང་དག་པར་ནི་སྒྱུར་བ་མཐའ་དག་རབ་ཀྱི་འཛོལ་པར་འགྱུར། །

དེ་ལ་སེམས་གསུམ་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་  
རི་སྐད་བཤད་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་འབྲུམ་འཛོལ་བོ། །སེམས་བཞི་  
པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་འཛོལ་བོ། །  
སེམས་ལྔ་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བྱེ་བ་ཕྱག་སྟོང་  
འཛོལ་བོ། །སེམས་དྲུག་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་བྱེ་  
བ་འབྲུམ་འཛོལ་བོ། །སེམས་བདུན་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
དཔའ་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་ཉིད་བྱེ་བ་ཁྲག་ཁྲིག་ཕྱག་འབྲུམ་འཛོལ་  
པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བཞི་པ། ས་བརྒྱད་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

དེ་ཡན་ཆད་ནི་ཡོན་ཏན་དག་ལ་གངས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བགྱང་  
བར་མི་སྲིད་པས། རུལ་སྤྲ་རབ་རྣམས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་བགྱང་བར་  
བཤད་པ།

མི་གཡོའི་སར་གནས་རྣམས་ལྟོག་ཅིང་བ་དེས། །

སྟོང་གསུམ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་བཞེས་པ་འདི་གཉིས་ན། །

རྒྱལ་ཆེད་དེ་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་ནམས་དང་། །

གངས་མཉམ་ཡོན་ཏན་དག་ནི་འཛོལ་པར་འགྱུར། །༦

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སེམས་བརྒྱད་པ་བསྐྱེད་པས་ནི་རི་སྐད་  
རུ་བསྟན་པའི་ཡོན་ཏན་དག་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
འབྱུང་གི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་གྱི་རྒྱལ་སྟེད་འཕྲོལ་བོ། །

ཐུག་པ། ས་དགུ་པའི་ཡོན་ཏན་ནི།

ཡིག་ས་པའི་སྒྲོ་སྒྲོས་ས་ལ་གནས་པ་ཡི། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དེས་སྤར་བསྟན་ཡོན་ཏན་དག །

གངས་མེད་བརྒྱ་ཕྱག་སྟོང་རྒྱལ་དག་པར། །

བཞེས་པ་ཕྱག་བརྒྱའི་རྒྱལ་ཆེད་ཐོབ་པར་འགྱུར། །༧

སེམས་དགུ་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་སྤར་བསྟན་  
པའི་ཡོན་ཏན་དག་སྟོང་གསུམ་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་གངས་མེད་  
པ་འབྱུང་ཕྱག་བརྒྱའི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་གྱི་རྒྱལ་དང་མཉམ་པ་འཕྲོལ་བོ། །

རྒྱག་པ། ས་བརྒྱ་པའི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ལ། སྤར་བསྟན་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་གངས་  
དང་། ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་ཆེད་མེད་པར་བསྟན་པ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

རི་ཞིག་བརྒྱལ་པ་འདིར་དེའི་ཡོན་ཏན་དག །

དག་ནི་སྟོད་ལྷལ་ལས་འདས་ཆེས་གྱུར་ཞིང་། །

དག་ནི་སྟོད་ལྷལ་མ་ཡིན་བཞེས་པ་ནམས་ན། །

རྒྱལ་དག་དེ་སྟེད་ཡོད་པ་དེ་སྟེད་འགྱུར། །༨

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་བརྩ་པ་བསྐྱེད་པས་ནི་ཡོན་ཏན་རི་  
སྐད་རུ་བསྟན་པ་དག་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བརྗོད་རུ་མེད་པའི་ཡང་  
བརྗོད་རུ་མེད་པའི་རྩལ་སྤྲ་རབ་ཀྱི་རྩལ་སྟེད་འཕྲོ་པར་འབྱུང་རོ། །  
རེ་ཞིག་བརྩ་པ་འདིར་དེའི་ཞེས་བྱ་བའི་རེ་ཞིག་གི་སྤྲ་འདིས་ནི་དེ་  
ཅུམ་ཁོ་ནར་བད་པ་ནི་མ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པར་བྱ་བ་ལ་  
གོ་རིམས་སྟོན་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་ཚད་མེད་པར་བསྟན་པ་ནི།

གཞན་ཡང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འདིས་ནི།

བ་སྤྱི་བྱང་བྱར་བྱང་ཆུབ་སེམས་རྣམས་དང་། །

ལྟན་ཅིག་ཚོགས་སངས་རྒྱས་སྤྱ་བགྲང་འདས་དང་། །

དེ་བཞིན་ལྟ་དང་ལྟ་མིན་མི་དག་གྲང་། །

སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་ནི་སྟོན་པར་བྱས། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་བརྩ་པ་བསྐྱེད་པ་འདིས་ནི་རྟོག་  
པ་ཀྱན་ནས་རྩ་བ་མེད་པར་རང་གིས་ལུས་ཀྱིས་བ་སྤྱི་བྱ་ག་རེ་རེར་  
སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྟན་འདས་བགྲང་བ་ལས་འདས་པ་རེ་རེ་ཞིང་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཞན་གྱིས་མི་ལང་བའི་འཁོར་མངའ་བ་  
དག་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་རྣམ་པ་གཞན་དང་གཞན་རུ་འང་སྟོན་  
པར་བྱས་ལ། དེ་དག་ལས་གཞན་འགྲོ་བ་ལྟའི་འཁོར་བ་མི་ལ་སོགས་  
པའི་དབྱེ་བས་ཐ་དད་པས་ཡང་མ་འདྲིས་པར་བ་སྤྱི་བྱང་བྱ་རེ་  
རེར་སྐད་ཅིག་རེ་རེ་ལ་སྟོན་པར་བྱས་སོ། ། གྲང་གི་སྤྲ་ནི་མ་སྟོས་པ་

བསྐྱུ་བའི་དོན་ཏུ་སྟེ། བརྒྱ་བྱིན་དང་། ཚངས་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་སྦྱོར་  
 བ་དང་། མིའི་རྒྱལ་པོ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་། རང་སངས་རྒྱས་དང་། དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་གདུལ་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བརྒྱ་བྱིན་ལ་  
 སོགས་པའི་གཟུགས་བརྒྱུད་ནས་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཆོས་སྟོན་པར་  
 རུས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པའི་བར་གྱི་དོན་སྤྱད་པའོ། །ཡོན་ཏན་གྱི་  
 བྱུང་པར་རྣམས་རྒྱས་པར་ནི་མདོ་ཉིད་ལས་བཅའ་བར་བྱའོ། །བྱང་  
 རྒྱུ་སེམས་དཔའི་སའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་བཤད་ཟིན་ཏོ། ། །

གཉིས་པ་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ས་བཤད་པ་ལ།      གནས་གང་དུ་བྱང་ཆུབ་  
བརྟེས་པ་དང་། ཚུལ་རི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་པའི་ངོ་བོ་སྐྱེའི་རྣམ་གཞག་  
དང་།      བྱང་ཆུབ་གཅིག་ལ་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དགོངས་པ་ཅན་དུ་བཤད་པ་དང་།  
བྱང་ཆུབ་པ་དང་བཞུགས་པའི་དུས་བསྟན་པ་དང་ལྟོ། །དང་པོ་ནི།

དེའི་འོག་དུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སའི་ཡོན་ཏན་རྩལ་ཟད་ཅམ་ཞིག་  
བརྗོད་པར་འདོད་པས་བསྟོད་པ་སྐྱབ་པའི་སྒོ་ནས་སངས་རྒྱལ་  
བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་ནམ་མཁའ་དྲི་མ་མེད་ལ་ཟླ་ལྟར་གསལ་བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། །  
སྟོན་ཆེ་སྟོབས་བརྒྱ་བསྐྱེད་པའི་ས་ལ་བྱོད་ཀྱིས་སྤར་ཡང་འབད་གྱུར་ཞིང་། །  
འོག་མིན་དུ་ནི་གང་གི་དོན་དུ་འབད་གྱུར་གོ་འཕང་མཚོག་ཞི་བ། །  
ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་མཐར་ཐུག་མཚུངས་ལ་མེད་དེ་བྱོད་ཀྱིས་བརྟེས། །༡༠

དཔེར་ན། ཟླ་བས་ནམ་མཁའ་དྲི་མ་མེད་པ་ཁོ་ན་ལ་འགོ་བ་མ་  
ལྟས་པ་གསལ་བར་རུས་པ་དེ་བཞིན་དུ། བཙམ་ལྟན་འདས་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་ཚོས་རྣམས་སྟོབ་པ་ལ་གཞགས་བྱེད་པའི་ལུན་པ་སྦྱོང་བ་ཉིད་  
དུ་མཛད་པ། ཐུགས་བསྐྱེད་པ་བརྒྱ་པ་བརྟེས་པས་རང་ཉིད་སངས་  
རྒྱལ་གྱི་ཚོས་བརྟེས་རུས་པར་མཁྱེན་ནས་དུས་ཕྱིས་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
ས་ལ་འབད་པ་བཅམས་པར་གྱུར་ལ། གང་གི་དོན་དུ་འབད་པ་འདི་  
བཅམས་པ་སྐྱ་ན་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་བཙམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས་  
འོག་མིན་གྱི་གནས་ཁོ་ནར་བརྟེས་པར་གྱུར་ཏོ།      །དེ་ནི་ཡོན་ཏན་  
མཐའ་དག་གི་མཐར་ཐུག་པ་སྟེ་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་འདིར་མཐར་

ཐུག་ཅིང་ཕུལ་དུ་བྱང་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ནི་མཚུངས་པ་མེད་པ་ཡང་  
ཡིན་ཏེ། དེ་དང་འདྲ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་གོང་ན་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་ཚུལ་རི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་པ་ལ། དངོས་དང་། ཚུང་པ་སྒྲིང་བ་གཉིས། དང་  
པོ་ནི།

དེར་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་རྒྱ་བ་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་  
ཀྱིས་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་  
སོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བསྟན་པའི་ཕྱིར་བཤད་པ།

རི་ལྟར་རྫོད་ཀྱི་དབྱེ་བས་མཁའ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་དེ་ལྟར། །

དངོས་བྱས་དབྱེ་བ་འགའ་ཡང་དེ་ཉིད་ལ་མེད་དེ་ཡི་ཕྱིར། །

རོ་མཉམ་ཉིད་དུ་ཡང་དག་བྱུགས་སུ་རྒྱུད་པར་མཛད་བྱུར་ན། །

མཐུན་བཟང་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐད་ཅིག་གིས་ནི་ཤེས་བྱ་བྱུགས་སུ་རྒྱུད། །”

དཔེར་ན། བུམ་པ་དང་འཁར་གཞིང་ལ་སོགས་པ་ཐ་དད་ཀྱང་  
སྒྲིབ་པ་མེད་པ་ཉིད་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར་དེར་རྫོགས་པའི་ནམ་  
མཁའ་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། གཟུགས་དང་ཚོར་བ་ལ་  
སོགས་པའི་དངོས་པོ་ཐ་དད་ཀྱང་དེར་གཏོགས་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྲི་  
བ་མེད་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ལ་ཐ་དད་པ་མེད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ནི་  
རོ་གཅིག་པ་ཁོ་ནར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

དེ་ཡང་མཐུན་པའི་སྐད་ཅིག་གཅིག་ཁོ་ནས་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པས་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མཐུན་པའི་སྐད་གཅིག་ཁོ་ནས་ཐམས་ཅད་  
མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟེན་སོ། །

གཉིས་པ་ཚད་པ་སྤྲོད་པ་ལ། ཚད་པ་དང་། ལན་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

འདིར་སྒྲས་པ།

གང་ཆེ་ནི་བ་དེ་ཉིད་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྒོ་ལྟོས་འཇུག་མི་འགྱུར། །

སྒོ་མ་ཁྱུག་ས་པར་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ཅན་ངེས་པར་རིག་ས་པ་འབྲས་མ་ཡིན་ལ། །

ཀྱན་ནས་ཤེས་ཅིང་པ་ནི་ཤེས་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བར་འགྱུར། །

མཁྱེན་པོ་ཅིང་པར་བྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལ་འདི་ལྟོས་ཞེས་སྤྱི་གཞི་ལྟོན། ། ༡༡

སྒྱེ་བ་མེད་པ་ནི་གཟུགས་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་  
 རོ་ཞེས་རྣམ་པར་འཛོག་ཅིང་དེ་ཡང་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འཛོག་པ་  
 བ། གང་གི་ཆེ་ནི་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡིན་ནོ་ཞེས་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
 དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆེ་དེ་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་སྒོ་མི་འཇུག་པར་ཁས་སྤངས་  
 དགོས་ཏེ། འདི་ལྟར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྒྱེ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་  
 སྒོ་འཇུག་པ་ན་ཅིའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་བར་འགྱུར་ཏེ། དེའི་  
 ཕྱིར་རྣམ་པ་མེད་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་སྒོ་མི་འཇུག་པ་ཉིད་དོ། །

སྒོ་མི་འཇུག་ན་ནི། རོ་ན་ཤེས་བྱའི་ཡུལ་ཅན་གྱི་ངེས་པ་ཡང་མི་  
 རིགས་པས་དེའི་ཕྱིར་འདི་ཡོངས་སུ་ཤེས་པར་འགྱུར་པར་ངེ་ལྟར་  
 འོས། ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་མེད་པ་ཉིད་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡོངས་སུ་ཤེས་  
 པའོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་མི་རིགས་སོ། །ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། སྒྲས་པ། ཀྱན་  
 བས་ཤེས་པ་མེད་པ་ནི་ཤེས་པར་ངེ་ལྟར་འགྱུར་ཏེ་འགལ་བར་འགྱུར།  
 ཀྱན་ནས་མི་ཤེས་པ་ཉིད་ཤེས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་པན་ཚུན་  
 འགལ་བ་ཞིག་སྟེ། གལ་ཏེ་ཀྱན་ནས་མི་ཤེས་པ་ཡིན་ན་ངེ་ལྟར་ཤེས་

པ་ཡིན། སེམས་སྐྱེ་བ་མེད་ན་ཡང་མཁྱེན་པ་པོ་མེད་པར་འདི་ལྟ་  
བུའི་མཚན་ཉིད་ཅན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངས་སྤྲུགས་སུ་ཆུད་དོ་ཞེས་  
བྱེད་ཅག་གི་གཞན་དག་ལ་སུ་ཞིག་གིས་རྟོགས་པར་བྱེད། དེའི་སྤྱིར་  
འདི་མི་རིགས་སོ། །

གཉིས་པ་ལན་ལ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་ལ་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

འདི་ལ་བརྗོད་པར་བྱ་སྟེ།

གང་ཆེ་སྐྱེ་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྒོ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བ། །

དེ་ཆེ་དེ་རྣམས་སྟོན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །

རྒྱུ་ལྟར་སེམས་ཅི་གང་གི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འབྱུང་བ་དེ་ཡི་ཡུལ། །

དེ་ཡོངས་ཞེས་པ་དེ་བཞིན་ཁ་སྟོང་ཉི་བར་བསྟན་ནས་རིག་པ་ཡིན། །༡༩

འདི་ན་དེའི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཉིད་འཇིན་པ་ན་རྣམ་པར་  
ཤེས་པས་ཡུལ་རིག་གོ་ཞེས་བརྗོད་དོ། །དཔེར་ན། རྣམ་པར་ཤེས་པས་  
སྟོན་པོའི་རྣམ་པར་བསྐྱེད་པ་ཉི་བར་སྐྱེ་བ་ན་སྟོན་པོ་ཤེས་སོ་ཞེས་  
བརྗོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཤེས་པ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་  
པ་སྐྱེ་བ་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཤེས་སོ་ཞེས་ཉི་བར་གདགས་སོ། །ཤེས་པ་  
དེའི་རྣམ་པའི་རྗེས་སུ་བྱེད་པ་ཉིད་བསྟན་པའི་སྤྱིར།

གང་ཆེ་སྐྱེ་མེད་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞིང་སྒོ་ཡང་སྐྱེ་བ་དང་བྲལ་བ། །དེ་  
ཆེ་དེ་རྣམས་བསྟན་ལས་དེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། །ཞེས་བྱ་  
བ་སྟོས་ཏེ། དེའི་རྣམ་པ་བསྟན་པའི་སྟོན་ནས་རྣམ་པར་གཞག་གོ། །རྒྱུ་



ལྟར་སེམས་ནི་གང་གི་རྣམ་པ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་རབ་རྒྱ་  
 གྲགས་པར་གྱུར་པའི་དཔེ་སྟོས་ཏེ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་བཤད་ཟིན་ཏོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་བཏགས་པ་ལས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་སོ་ཞེས་རྣམ་པར་  
 གཞག་གི། །དངོས་སུ་ན་འགའ་ཞིག་འགའ་ཞིག་གིས་ཤེས་པ་ནི་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཤེས་པ་དང་ཤེས་བྱ་གཉི་ག་ཡང་མ་སྐྱེས་པ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་འཇིག་རྟེན་ལ་དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ལ་མི་འཐད་པ་སྤང་བ་ལ། ཞི་ཡང་འགོ་  
 ལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་པའི་ཚུལ། ཞི་ཡང་གཞན་དོན་ལྟན་གྱུར་འབྱུང་བ་དཔེ་སྟོན་ས་  
 བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་སོ་ནི།

གང་ཡང་མཐུན་པོ་མེད་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་འདི་ལྟ་བུའོ་  
 ཞེས་སུ་ཞིག་སྟོན་ཞེས་སྒྲས་པ་དེ་ལ་ཡང་བཟོད་པར་བྱ་སྟེ། ཤེས་པ་  
 འདི་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཡིན་པ་བདེན་མོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ན་དེ་  
 ཉིད་སྟོན་པ་མི་སྲིད་པ་ཡང་མ་ཡིན་ནོ། །

ཇི་ལྟར་ཞེ་ན། བཟོད་པར་བྱ་སྟེ།

དེ་ཡི་ཡོངས་སྟོན་རྟོགས་སྐྱབས་པོ་དུ་ཞུས་ཀྱིས། །

ཟིན་དང་སྐྱུལ་པ་མཁའ་གཞན་ལས་དེའི་མཐུས། །

སྐྱ་གང་ཆོས་ཀྱི་དེ་ཉིད་སྟོན་འབྱུང་བ། །

དེ་ལས་འཇིག་རྟེན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ཉིད་རིག །༡༤

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་ནི་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱ་གང་ལ་བཞུགས་  
 བས་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་མངོན་སུམ་རྒྱ་མཛད་པའི་སྐྱ་བསོད་ནམས་  
 བརྒྱས་ཟིན་པ། བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་ཅིང་སྣ་ཆོགས་པའི་སྐྱ་མངའ་བ་

དེ་ནི་ངོ་བོ་དེ་དང་དེར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ནམས་ཀྱི་ཚོས་ཀྱི་  
 ལོངས་སྟོན་ཀྱི་རྒྱ་ཉིད་ཏུ་ཡོངས་སུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། གང་ལས་ད་  
 ཏུང་ཏུ་ཡང་འཇམ་དཔལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་  
 བ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཚོགས་སྒྲ་དུགས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་  
 བུ་ལ་སོགས་པ་གསུང་རབ་ཀྱི་ཐ་སྙད་སྒྲ་ཚོགས་པ་དག་རྟོགས་པར་  
 འགྱུར་བ། བསོད་ནམས་བརྒྱ་ལས་བསྐྱུན་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 ཕྱིན་གྱིས་ཆུབས་ཀྱི་སྒྲ་གང་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ལས་འཇིག་རྟེན་ནམ་ང་  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཉེ་བར་སྟོན་པའི་སྟོན་ཏུ་གྱུར་པས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཕྱིན་  
 ཅི་མ་ལོག་པར་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །བསོད་ནམས་ཀྱིས་འདུས་བྱས་  
 པའི་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བ་ལྟ་ཞོག་གི་དེའི་ཕྱིན་གྱི་ཆུབས་ཀྱིས་སྐྱེ་ལ་པ་དག་  
 ལ་ཚོས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་གསལ་བར་བྱེད་པའི་སྒྲ་གང་ཞིག་འབྱུང་ང་  
 དེ་ལས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངེས་པར་འགྱུར་རོ། །སྐྱེ་ལ་ང་  
 དག་ལས་འབྱུང་བ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་ཟད་ཀྱི་གཞན་ཡང་དེའི་མཐུས་  
 སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་འཇུག་པ་མེད་ཏུ་ཟིན་ཀྱང་། བཅ་  
 མཁའ་དག་གཞན་སྟུང་དང་ཤིང་དང་ཚིག་པ་དང་བྲག་ལ་སོགས་པ་  
 ལས་དེའི་མཐུས་སྒྲ་གང་ཞིག་འབྱུང་བ་དེ་ལས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་གྱིས་  
 དེ་ཉིད་རིག་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཞི་ཡང་གཞན་དོན་ལྟན་གྱུ་ཏུ་འབྱུང་བའི་དཔེའི་སྟོན་སྐྱུན་པ་ནི།

ཡང་ངི་ལྟར་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་མེད་པའི་རང་  
 བཞིན་ཅན་ནམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པ་ནི་བྱ་བ་ད་ལྟར་བ་མི་སྲིད་

ཀྱང་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་བྱ་བ་འབྲུང་བའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་འགྱུར་ཞིན། དེ་  
བསྟན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་རོལ་གྱི་དཔེ་ཉེ་བར་བཀོད་པ།

རྒྱ་ལྟར་ཟླ་མཁན་ལྟོབས་ཆེན་ལྟན་པས་འདིར། །

ཡུན་རིངས་འབད་པས་ཆེས་བསྐྱོར་འཁོར་ཡོད། །

དེ་ཚུལ་ད་ལྟ་སྤྱེས་པ་ཅིད་བཞིན་དུ་འད། །

འཁོར་ཞིང་བྱམ་པ་ལ་སོགས་རྒྱུར་མཐོང་ལྟར། ༡༥

དེ་བཞིན་ད་ལྟ་སྤྱེས་ཚུལ་ཅིད་བཞིན་དུ། །

ཆོས་ཀྱི་བདག་ཅན་སྤྱི་ཉིད་ལ་བཞུགས་དེའི། །

འབྲུག་པ་སྤྱི་བོད་དགེ་དང་སྟོན་ལམ་གྱི། །

བྱད་པར་གྱིས་འབདས་ལས་ཆེས་བསམ་མི་བྱབ། ༡༦

དེ་ལ་གང་གིས་ན་རྟོག་པ་མེད་པར་གྱུར་དུ་བྱིན་ཀྱང་གསུལ་  
བའི་བྱ་བ་ཇི་ལྟར་འཆམ་པ་ལྟར་འབྲུག་པས་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་  
མཐའ་ལས་པའི་དོན་བྱེད་པར་འགྱུར་བ། ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱས་བཙུང་  
ལྟན་འདས་འདི་དག་ད་ལྟར་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་ཞིང་། ཡིད་  
བཞིན་གྱི་ཞོར་བྱ་དང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་འདྲ་བར་ཇི་ལྟར་  
འཆམ་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྦྱབ་པ་ལྟར་མཇུག་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་  
དབྱིངས་ལས་སྐད་ཅིག་ཀྱང་མི་བསྟོད་ལ། སེམས་ཅན་གསུལ་བའི་  
དུས་ལས་ཀྱང་མི་འདའ་བ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་ཀྱང་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤར་སྟོན་ལམ་གང་བཏབ་པའི་སྟོན་ལམ་

དེའི་ཤུགས་དང་། གཏུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་ཚོས་ཉན་  
 པར་འགྱུར་བའི་ལས་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པ་ལས་བྱ་བའི་བྱད་པར་དེ་འདྲ་  
 བ་དག་མངོན་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་ད་ལྟར་སྒྲིས་པའི་འབད་ཚྱལ་  
 མེད་པར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཉེ་བར་སྟོན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་  
 བ་ཡང་འགྱུབ་བོ་ཞེས་བྱ་བ་ཤེས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་བྱང་ཆུབ་པའི་ངོ་བོ་སྐྱའི་ནམ་གཞག་ལ། རང་དོན་སུན་ཚྭ་གས་ཀྱི་ཚོས་  
 སྐྱ་དང་། གཞན་དོན་སུན་ཚྭ་གས་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱ་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

ད་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་ཨ་ལྷས་པ། །

བསྐྱེད་པས་པས་ཞི་སྟེ་རྒྱལ་ནམས་ཚོས་སྐྱེ། །

དེའི་ཆེ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད། །

སེམས་འགག་པས་དེ་སྐྱེ་ཡིས་མངོན་སྐུ་མཛད། །<sup>༡༥</sup>

ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་སྐྱ་ཤེས་བྱའི་བྱད་ཤིང་སྐམ་པོ་ཨ་  
 ལྷས་པ་བསྐྱེད་པས་པས་ཤེས་བྱ་སྐྱེ་བ་མེད་པས་སྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་ལྟན་  
 པར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་པ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་ནམས་ཀྱི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱའོ། །

འདི་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས། སངས་རྒྱས་ནམས་ནི་ཚོས་  
 ཉིད་ལྟ། །འདྲེན་པ་ནམས་ནི་ཚོས་ཀྱི་སྐྱ། །ཚོས་ཉིད་ཤེས་བྱའང་མ་  
 ཡིན་ཏེ། །དེ་ནི་ཤེས་པར་རུས་མ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

ཚོས་ཀྱི་སྐྱ་འདི་ནི། དེའི་ཆེ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་འགག་པ་མེད་པ་སྟེ།  
 འདི་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་མཛད་ནས་འཇམ་དཔལ་སྐྱེ་བ་མེད་ཅིང་

འགག་པ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཚིག་སྒྲ་  
དུགས་སོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །

དེ་ལྟ་ན་ཡི་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་  
དེའི་ཡུལ་ཅན་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་བ་རྣམས་མི་འབྲུག་པས་  
སྐྱེ་ཁོ་ནས་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པར་ཀྱན་རྫོབ་དུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ།

གཉིས་པ་གཞན་དོན་ཕུན་ཚོགས་ཀྱི་གཟུགས་སྐྱེ་བཤད་པ་ལ། མོངས་སྦྱོང་རྫོགས་  
པའི་སྐྱེ་དང་། རྒྱ་མཐུན་པའི་སྐྱེ་དང་། སྦྱལ་པའི་སྐྱེ་དང་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

འདི་ནི།

ཞི་སྐྱེ་དཔག་བསམ་ཤིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཞིང་། །

ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱ་རི་བཞིན་རྣམ་མི་རྟོག །

འགྲོ་གྲོལ་བར་བྱ་འདི་ག་རྟེན་འབྱེན་སྤང་རྟག །

འདི་ནི་སྦྱོས་དང་བྲལ་ལ་ལྷང་བར་འགྱུར། །༡༥

སྐྱེ་གང་གིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་འདི་མངོན་སུམ་དུ་མཛད་པར་བཤད་  
པ་དེ་ནི་ཞི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་དུ་འདོད་དེ། སེམས་དང་སེམས་  
ལས་བྱུང་བ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱིར་རོ། །ཞི་བའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡིན་  
ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པར་སྦྱོང་བ་གསལ་བར་བྱེད་པ་ནི།

དཔག་བསམ་ཤིང་ལྟར་གསལ་གྱུར་ཞིང་། ཡིད་བཞིན་ནོར་བྱ་རི་  
བཞིན་རྣམ་མི་རྟོག །ཅེས་བྱ་བ་སྟེ། འདི་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པ་ཉིད་ཡིན་  
དུ་ཟིན་ཀྱང་དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་དང་ཡིད་བཞིན་གྱི་ནོར་བྱ་ལྟར་རི་  
ལྟར་མངོན་པར་འདོད་པའི་དོན་འགྲུབ་པའི་རྒྱ་ཉིད་དོ་ཞེས་བྱ་བའི་

དོན་རྟོ། །སྐྱེ་འདི་ནི་ལམ་པ་བའི་སྤྲིད་པར་འཇིག་རྟེན་གྱི་འབྱོར་བའི་  
སྤྲིད་ཏུ་གནས་པ་ཡང་ཡིན་ནོ། །རྟག་ཅེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་ཡུན་རིང་  
པོར་གནས་པ་ཉིད་ཏུ་མཆོག་རྟོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྤྲིད་པ་  
དང་ནམ་མཁའ་འཇི་སྤྲིད་པ་དེ་སྤྲིད་ཏུ་སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཚུལ་འདིས་  
སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཁོ་ན་མཛད་ཅིང་རྣམ་པར་བཞུགས་སོ་ཞེས་བྱ་  
བར་ཤེས་པར་བྱའོ། །

བསོད་ནམས་བརྒྱའི་མཆོག་གིས་བརྒྱན་པའི་སྐྱེ་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་  
སེམས་དཔའ་སྤྲོས་པ་དང་བྲལ་བ་རང་གི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་  
གྱི་ཆོགས་ལས་ཤེས་རབ་དྲི་མ་མེད་པའི་མེ་ལོང་ཐོབ་པ་རྣམས་ཁོ་  
ན་ལ་ཡོད་པ་ཉིད་ཏུ་སྤྲིད་གི་སྤྲོས་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ལ་ནི་མ་  
ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རྒྱ་མཐུན་པའི་སྐྱེ་ལ། སྐྱེ་སྤྲིད་སྤྲོས་ཆོགས་པ་དང་། བཞེད་པ་ལ་མང་ར་  
བསྐྱར་པ་སྤྲིད་སྤྲོས་ཆོགས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྤྲིད་སྤྲོས་ཆོགས་པ་བཤད་པ་གསུམ་  
གྱི། དང་པོ་ལ། སྐྱེ་བའི་གནས་སྐབས་སྟོན་པའི་མཐུ་སྤྲིད་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། སྤྲིད་པའི་  
གནས་སྐབས་སྟོན་པའི་མཐུ་སྤྲིད་ཏུ་འབྱུང་བ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བའམ་གཟུགས་ཀྱི་སྐྱེ་ལས་བྱུང་བ་  
ཡིན་ཡང་རུང་སྟེ། ཇི་སྐད་བཤད་པའི་སྐྱེ་ལས་གཞན་ཏུ་གྱུར་པ་རྒྱ་  
མཐུན་པའི་སྐྱེ་གང་དག་དག་སེམས་ཅན་འདུལ་བའི་རྒྱུ་བྱུང་བ་  
དེ་དག་ལ་ཡང་མཐུའི་ཁྱད་པར་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་མངའ་བར་  
བརྗོད་པའི་ཕྱིར། བཤད་པ།

བྱབ་དབང་དུས་གཅིག་ཁོ་ནར་དེའི་རྒྱ་མཐུན། །

གཞུགས་སྐྱ་གཅིག་ལ་རང་གི་སྤྱེ་གནས་སྐབས། །

སྐར་འགགས་གསལ་དང་མ་འཆོལ་བྱང་ཚུལ་ནི། །

མ་ཁྱུས་ཀྱིས་བཀྲ་མཐའ་དག་སྟོན་པར་མཛད། །༡༮

ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྤྱ་རོལ་ལའོར་  
 བ་ཐོག་མ་མེད་པ་རང་ཉིད་སྤྱེ་བའི་གནས་སྐབས་འགགས་ཟིན་པ་  
 འབྱུང་མཐའ་དག་མ་ཁྱུས་པར་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གསལ་བ་དང་མ་  
 འཆོལ་བར་དེ་ཕན་ཚུན་མ་འདྲེས་པར་བྱང་ཚུལ་དུ་མས་བཀྲ་བར་  
 བྱུར་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་ཁོ་ནར་མེ་ལོང་གི་དཀྱིལ་ལའོར་  
 ཤིན་དུ་ཡོངས་སུ་དག་པ་ལ་བཞིན་གྱི་གཞུགས་བརྟན་ལྟར་རྒྱ་མཐུན་  
 པའི་སྤྱ་གཅིག་ཉིད་ལ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པར་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་སྟོད་པའི་གནས་སྐབས་སྟོན་པའི་མཐུ་ཕུལ་དུ་འབྱུང་བ་ལ། སྤྱ་གཅིག་  
 ལ་སྟོན་པ་དང་། བ་སྤྱི་ཁྱུང་དུ་གཅིག་དུ་སྟོད་པ་མཐའ་དག་སྟོན་པའི་མཐུ་གཉིས་  
 གྱི། དང་པོ་ལ། སྤྱིན་པ་དང་། ཕར་སྤྱིན་གཞན་ལ་སྟོད་པའི་བྱང་མཐའ་སྟོན་པའི་  
 མཐུ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ནི།

འདི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྟོད་པ་སྟུང་པའི་བྱང་ཚུལ་གང་  
 དང་གང་དུ་ངེ་ལྟར་གང་གི་དོན་དུ་བྱང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལྷན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་སྤྱ་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་སྟོན་པར་སྟོད་པར་བཛྟེད་པའི་ཕྱིར།  
 བཤད་པ།

སངས་རྒྱལ་ཞིང་ཅི་འདྲ་དེར་བྱབ་དབང་དང་། །

དེ་དག་སྐྱོད་མཐུ་སྐྱོད་ས་ཅི་འདྲ་དང་། །

ཉན་ཐོས་དག་འདུན་ནི་སྒྲིབ་ནི་ལྟར་དང་། །

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནམས་དེར་གཞུགས་ཅི་འདྲ་དང་། ། ༡༠

ཅི་འདྲའི་ཚོས་དང་དེར་བདག་ཅི་འདྲ་དང་། །

ཚོས་ཐོས་སྐྱོད་པ་གང་ལ་སྐྱོད་པ་དང་། །

སྐྱོན་གང་ནི་ཅམ་དེ་དག་ལ་ལྷུ་ལ་བ། །

དེ་ནི་མ་ལྷུས་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྐྱོན་མཛད། ། ༡༡

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྒྲོན་སྐྱོན་པའི་པ་རོལ་དུ་སྐྱོན་པ་ལ་སྐྱོད་  
པ་ན། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་གང་ནམས་ལ་བསྐྱོན་བཀྱར་  
མཛད་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་བེཊུཅུ་དང་། པམ་རྒྱ་ག་དང་།  
ཡིཙྪ་རྟེལ་དང་། ཤེལ་ལ་སོགས་པའི་རང་བཞིན་ཅན། རིན་པོ་ཆེའི་  
སྐྱོན་གིང་ལ་སོགས་པས་མཛེས་པར་བྱས་པ་ཆུ་དང་ཞིང་དང་ཀྱན་  
ནས་ལྷུ་མ་པ་དང་བཅས་པ་དེ་ལ་བཞེན་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་བྱང་པར་  
གྱིས་ཉེ་བར་མཛེས་པ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ན། སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་  
འདས་དག་བལྟམས་པ་ལ་སོགས་པ་སྐྱོན་པར་མཛད་པ་དེ་མ་ལྷུས་  
པར་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྐྱོན་པར་མཛད་དོ། །

སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་གི་སྐྱ་དང་སྐྱོད་པ་དག་གི་  
མཐུ་ཕུལ་དུ་བྱང་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། དེ་དག་གི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དག་  
འདུན་འདུས་པར་བྱར་པ་ནི་སྒྲིབ་པའམ་ནི་ལྟ་དང་སྒྲིབ་ ཚོས་ཀྱི་རྗེས་



སྐྱ་མཐུན་པའི་ཚོས་ཀྱི་ནན་ཏན་ནམ་པ་གང་གིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་  
འདུན་དེར་གྱུར་པ་དང་། སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་དེ་དག་གི་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མཆན་དང་དཔེ་བྱད་  
ཀྱིས་ལྷས་སྐྱས་པ། དབྱིབས་དང་ལྡན་པ་ཚོས་གོས་དང་ཟས་དང་  
གནས་ལ་སོགས་པ་ཡོངས་སྐྱོད་ལ་ཉེ་བར་ཡོངས་སྐྱོད་པ་  
དང་ལྡན་པ་ཅི་འདྲ་བ་དེ་དག་ཡོད་པར་གྱུར་པ་དང་། ཅི་འདྲ་བའི་  
ཚོས་དང་སྟེ་ཐེག་པ་གཅིག་དང་གསུམ་ཀྱི་རྟེན་ཅན་བསྟན་པ་དེ་  
དག་ཐམས་ཅད་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །

དེ་བདག་ཅི་འདྲ་དང་སྟེ་བམ་ཟེ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་སྐྱེས་པ་  
གཟུགས་དང་སྟོ་དང་ལྡན་པ། བྱིས་པ་དང་རབ་ཏུ་བྱང་བར་གྱུར་པ་  
དང་། ཚོས་ཐོས་ནས་ལྟག་མ་དང་བཅས་པ་དང་ལྟག་མ་མེད་པའི་  
བསྐྱབ་པ་ཁས་སྲུངས་ཏེ་སྐྱོད་པ་གང་ལ་སྐྱོད་པ་དང་། སྐྱོན་པ་གང་  
ཅི་ཙམ་དེ་དག་ལ་སྐྱུ་ལ་བ་སྟེ་སངས་རྒྱས་བཙུངས་ལྡན་འདས་ཉན་  
ཐོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པ་དེ་དག་  
ལ་བཟུང་བ་ལ་སོགས་པ་དང་། ཚོས་གོས་དང་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་ལ་  
སོགས་པ་གང་སྐྱུ་ལ་བ་དང་། ཇི་ཙམ་སྟེ་དུས་ཇི་ཙམ་དང་ཆད་ཇི་  
ཙམ་སྐྱུ་ལ་བ་དེ་མ་ལྷས་པར་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །

གཉིས་པ་ཕར་བྱིན་གཞན་ལྟ་ལ་སྐྱོད་པའི་བྱང་མཐའ་སྟོན་པའི་མཐུ་ནི།

སྐྱོན་པའི་པ་རོལ་ཏུ་བྱིན་པ་ལ་སྐྱོད་པའི་བྱང་མཐའ་འདི་ཇི་ལྟར་  
སྟོན་པ།

དེ་བཞིན་རྒྱལ་ཁྲིམས་བཟོད་བཟོན་ཉིང་འདྲིན་དང་། །

ཞེས་རབ་སྦྱོད་ཆེ་ལྷན་གྱི་གནས་སྐབས་གང་། །

མ་ཆར་མེད་དེ་བདག་.....

མ་ལུས་སྐྱ་གཅིག་ལ་སྟོན་མཛད། ཅེས་གོང་མ་དང་སྐྱར་རོ། །

གཉིས་པ་བ་སྤྲི་ཁུང་བྱ་གཅིག་ཏུ་སྦྱོད་པ་མཐའ་དག་སྟོན་པའི་མཐུ་ལ། ཉིང་  
གྱི་སྦྱོད་པ་དང་། རུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་སྦྱོད་པ་དང་། གཞན་རུས་  
གསུམ་གྱི་སྦྱོད་པ་ལ་སྤྲི་ཁུང་བྱ་གཅིག་ཏུ་སྟོན་པ་གསུམ་གྱི་དང་  
པོ་ནི།

སྐྱ་གཅིག་ལ་ཅིག་ཅར་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་སྟོན་པ་ལྟ་ཞིག་  
གི་འོན་ཀྱང་།

.....ཉིང་སྦྱོད་པ་ཀྱན། །

སྐྱ་ཡི་བ་སྤྲི་ཁུང་བྱ་གཅིག་གསལ་བར་སྟོན། །༡༡

གཉིས་པ་རུས་གསུམ་གྱི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་གྱི་སྦྱོད་པ་ནི།

བདག་ཉིང་གྱི་སྦྱོད་པ་ཁོ་ན་སྟོན་པར་མཛད་པ་འབའ་ཞིག་ཏུ་མ་  
ཟད་གྱི། གཞན་ཡང་།

སངས་རྒྱས་གང་དག་འདས་དང་འབྱུང་འབྱུར་གང་། །

གང་དག་ད་ལྟར་ན་མ་མཁའི་མཐར་ཐུག་པར། །

གདངས་མཐོན་ཆོས་སྟོན་རྒྱལ་བསྐལ་གྱིས་བཟུང་བའི། །

འགྲོ་དབྱགས་འབྱེན་ཞིང་འདྲིན་ཉིན་བཟུགས་པ་དང་། །༡༢

དང་པོ་མེ་ཐུགས་བརྒྱུད་བྱུང་ཆུབ་སྟོང་པོ་མེ་བར། །

དེ་དག་སྟོང་ཀླན་དངོས་ནམས་མིག་འཕྲུལ་གྱིས། །

རང་བཞིན་མཐུན་ནས་བདག་བཞིན་བ་སྤྱི། །

བྱུང་བྱུང་དུས་གཅིག་ལ་ཉི་གསལ་བར་སྟོན། ། ༡༤

རེ་ཞིག་མིག་འཕྲུལ་གྱི་ཚུལ་ཤེས་པ་ཐ་མལ་པ་དག་ཀྱང་སྤྲུགས་གྱི་  
མཐུ་ནམ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཙམ་ཞིག་གིས་རང་གི་ལུས་ལ་དངོས་པོའི་ནམ་  
པ་སྤྱི་ཚོགས་པ་གནས་པར་སྟོན་ཅུས་ན། ཅི་འགྲོ་བའི་དབང་ཕུག་  
སངས་རྒྱལ་བཙུང་ལྟོས་ལྟོས་འདས་ནམས་དང་། བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་  
ནམས་གྱིས་དངོས་པོའི་རང་བཞིན་མིག་འཕྲུལ་གྱི་རང་བཞིན་ནམ་  
པ་དེ་ལྟ་བུ་དང་ཐ་མི་དད་པ་མཐུན་ནས་མི་སྟོང་པར་འགྱུར་རམ།  
དེའི་སྤྱིར། མཁས་པ་གང་ཞིག་མ་རྟོགས་པའམ་སོམ་ཉི་ཟ་བར་འགྱུར།  
དེའི་སྤྱིར་མཁས་པས་དཔེ་འདིའི་སྟོན་གསལ་བར་འདི་ལ་ལྟག་  
པར་མོས་པར་བྱའོ། །

གསུམ་པ་གཞན་དུས་གསུམ་གྱི་སྟེ་འཕགས་ཀྱན་གྱི་སྟོང་པ་བ་སྤྱི་ཁུང་བུ་  
གཅིག་ཏུ་སྟོན་པ་ནི།

ངེ་ལྟར་ཉིད་གྱི་སྟོང་པ་དང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཞན་གྱི་  
སྟོང་པ་དག་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་ཉིད་གྱི་བ་སྤྱི་ཁུང་བུར་སྟོན་པར་  
མཛད་པ།

དེ་བཞིན་དུས་གསུམ་བྱུང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་། །

རང་རྒྱལ་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་མ་ལུས་གྱི། །

གཉིས་པ་བཞིད་པ་ལ་མངའ་བཞུར་པ་སྤྱད་སྤྲུམ་ཆོགས་པ་ལ། དུལ་དང་། རྩ་  
ལ་བཟློས་ནས་བཞིད་པ་ལ་མངའ་དབང་བཞུར་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

སྐྱུ་སྐྱོན་སྐྱུམ་ཚོགས་པ་བརྗོད་ནས།      རྣམ་པར་རྟོག་པ་མི་མངའ་  
བར་ཟིན་ཀྱང་བཞེད་པ་ལ་མངའ་བསྐྱུར་བ་ཉིད་སྐྱོན་སྐྱུམ་ཚོགས་  
པར་བསྐྱོན་པའི་སྤྱིར། བཤད་པ།

དག་པ་འདི་ནི་བཞེད་པ་འཁྱག་པ་ཡིས། །

རྒྱལ་གཅིག་ཕྱལ་ལ་མཁའ་གཏུགས་འདི་གཅིག་ཅེན་དང་། །

འདི་ག་རྟེན་མཐའ་ཡས་ཕྱོགས་བྱུང་རྒྱལ་ཁྱོན་ལོང་། །

རྒྱལ་རགས་མི་འབྱུང་འདིག་རྟེན་པུ་མི་འབྱུང་། ༡༦

སངས་རྒྱལ་བཙུག་པོའི་ལྷན་འདས་རྣམས་ཀྱིས་ནི་བཞེས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 བཅས་མཁའ་མཐུན་གསུགས་པའི་འཛིག་རྟེན་རྒྱལ་སྤྱི་རབ་གཅིག་གི  
 དུལ་ལ་སྟོན་པར་བྱེད་དེ། འཛིག་རྟེན་སྤྱི་བར་ཡང་མི་འགྱུར་ཞིང་རྒྱལ་  
 སྤྱི་རབ་རགས་པར་ཡང་མི་འགྱུར་ལ། བཞེད་པ་ཉིད་ཀྱིས་རང་གི་ངོ་  
 བོ་རི་ལྟར་ཡང་དག་པར་སྟོན་རྟོ། །འཛིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 རྒྱལ་ཡང་སྟོན་རྟོ། སངས་རྒྱལ་བཙུག་པོའི་ལྷན་འདས་རྣམས་ནི་བཞེད་པ་  
 ཅུམ་གྱིས་མཐའ་ཡས་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷན་པའི་འཛིག་རྟེན་  
 རྒྱལ་སྤྱི་རབ་གཅིག་གིས་སྤྱོད་པར་ཡང་སྟོན་པར་མཛད་དོ། །

གཞིས་པ་རྒྱས་ལ་བརྟེན་ནས་བཞེད་པ་ལ་མངའ་དབང་བསྐྱར་བ་ནི།

དེ་བཞིན་རུ།

ནམ་ཁྱོག་མི་མངའ་བྱོད་གྱིས་སྤྱིད་མཐའི་བར། །

སྐད་ཅིག་དེ་རེ་རེ་ལ་སྦྱོད་ལྷ་ཆོགས། །

རི་སྟེང་སྟོན་ལ་དེ་སྟེང་འཇམ་བྱའི་སྤྱིང་། །

མ་ལྟས་རྒྱལ་གང་དེ་སྟེང་ལ་གྲངས་ཅིང་། །༡༥

ནམ་པར་ཁྱོག་པ་མི་མངའ་བ་བྱོད་འཁོར་བར་རུ་སྐད་ཅིག་དང་  
སྐད་ཅིག་དང་སྐད་ཅིག་ལ་སྦྱོད་པ་སྤྱི་ཆོགས་སྟོན་པའི་ཆོད་གང་  
ཡིན་པའི་ཆོད་དེའི་གྲངས་ནི་འཇམ་བྱའི་སྤྱིང་མ་ལྟས་པ་ན་རྒྱལ་ཕྱ་  
རབ་ཇི་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འདི་ནི་བྱན་  
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡོན་ཏན་སྤུལ་རུ་བྱུང་བར་བརྗོད་པའི་སྟོན་སྤྱི་  
བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་བསྟོད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་སྤུལ་སྤུལ་ཆོགས་པ་བཤད་པ་ལ། ཡོན་ཏན་གྱི་གཙོ་བོ་སྟོབས་  
བརྩུ་བཤད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་གྱིས་བསམ་མི་  
བྱབ་པར་བསྟན་པ་དང་། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་སུ་བསྟུ་བ་  
གསུམ། དང་པོ་ལ། མདོར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་པར་བཤད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི།

སངས་རྒྱས་གྱི་ས་ནི་སྟོབས་བརྩུས་རབ་རུ་བྱེ་བ་ཡིན་པའི་བྱིར།  
དེའི་ནམ་པར་དབྱེ་བ་ཆ་ཅུ་ཞིག་བསྟན་པའི་བྱིར། བཤད་པ།

གནས་དང་གནས་མིན་མཆིན་སྟོབས་དང་། །

དེ་བཞིན་ལས་ནམ་སྟེན་སྟོ་དང་། །

མོས་ལ་སྤྱི་ཆོགས་བྱགས་རྒྱད་དང་། །

ཕྱོམ་གསུམ་ཁམས་ནི་མཁྱེན་སྟོབས་དང་། ༡༩

དེ་བཞིན་དབང་མཚོ་གུ་མཚོ་གུ་ཡིན། །

མཁྱེན་དང་ཐམས་ཅད་ཏུ་འགྲོ་དང་། །

བསམ་གཏན་རྒྱུ་ཐར་ཏིང་འཛིན་དང་། །

སྟོབས་པར་འབྱུག་སོགས་སྟོབས་དང་། ༡༩

སྟོན་གནས་དྲན་པ་མཁྱེན་པ་དང་། །

དེ་བཞིན་འཆི་འཕོ་སྟེ་སྟོབས་དང་། །

ཐག་རྒྱུ་ཐར་པ་མཁྱེན་སྟོབས་ཏེ། །

སྟོབས་ནི་བརྒྱ་པོ་འདི་དག་གོ། ༢༠

གཉིས་པ་རྒྱས་པར་བཤད་པ་ལ། མདོར་བསྟན་ལྟར་བཅུ་ལྟེ་དང་པོ་ནི།

དེ་ལ་གནས་དང་གནས་མ་ཡིན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་

ཏུ་བྱས་ནས། བཤད་པ།

རྒྱ་གང་ཞིག་ལས་གང་ཞིག་དེས་པར་སྟེ་འགྱུར་བ། །

དེ་ནི་དེ་ཡི་གནས་སྟེ་དེ་མཁྱེན་རྒྱུ་ཀྱིས་གསུངས། །

བཤད་པ་ལས་བསྟོན་གནས་མིན་གསུངས་བྱ་མཐའ་ལས་བ། །

མཁྱེན་པ་སྟོན་པ་སྟེ་དེ་ནི་སྟོབས་སྟེ་བཤད། ༢༡

རྒྱ་གང་ཞིག་ལས་གང་ཞིག་ཅེས་བྱ་བ་འདི་ནི་ཏེ་བར་མཚོན་པ་

སྟེ། དེའི་ཕྱིར་རྒྱ་གང་ལས་གང་ཞིག་སྟེ་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། མི་དག་བ་དག་

ལས་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་། གང་ལས་གང་ཞིག་  
 འཛོལ་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། འཕགས་པའི་ལམ་ལས་སྤྱང་ན་ལས་འདས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྤྱད་པ་འཐད་པར་འགྱུར་རོ། །རྒྱ་  
 གང་ལས་གང་ཞིག་ངེས་པར་སྐྱེ་བ་ཅན་དེའི་གནས་ཏེ་འདིར་གནས་  
 པ་ན་ཞེས་བྱ་བས་གནས་ཀྱི་སྐྱས་བཏགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྒྱ་བཙོན་  
 རོ། །བཤད་ཟིན་པ་དང་འགལ་བ་ནི་གནས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་རོ།  
 གང་ཞིག་ལས་གང་མི་འབྱུང་བ་དེ་ནི་དེའི་གནས་མ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་  
 ན། དགེ་བ་དག་ལས་འབྲས་བྱ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་མི་འབྱུང་བ་དང་།  
 མཐོང་བའི་ལམ་ཐོབ་པ་ལ་སྤྱད་པ་བརྒྱད་པ་མངོན་པར་འགྱུར་བ་  
 མི་འབྱུང་བ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་མཁྱེན་པ་མི་མཐུན་པའི་སྒྲིགས་དང་  
 བྲལ་བ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་སྟོབས་སུ་ནམ་པར་  
 གཞག་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། འཕགས་པ་གཟུངས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་པོས་ཁྱས་  
 པའི་མདོ་ལས། རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྤྱན་མེད་པས་གནས་པ་ལ་ཡང་གནས་སུ་ཡང་  
 དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་ཡང་  
 གནས་མ་ཡིན་པར་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལ་གནས་ནི་གང་གནས་མ་ཡིན་པ་ནི་གང་ཞེ་ན།  
 རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ནི་གནས་མ་ཡིན་ཞིང་གོ་སྐབས་མེད་དེ། གང་ལུས་  
 གྱིས་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་དང་། ངག་གིས་ཉེས་པར་སྤྱད་པ་དང་ཡིད་

ཀྱིས་ཉིས་པར་སྤྱད་པའི་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་འདོད་པ་དང་སྤྱག་པ་དང་  
འགའ་བ་ཡིད་རྩ་འོང་བར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་གནས་མེད་དོ། །འདི་ནི་  
གནས་ཡིན་ནིང་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་སྟེ། གང་ལུས་ཀྱིས་ལེགས་པར་  
སྤྱད་པ་དང་། དག་གིས་ལེགས་པར་སྤྱད་པ་དང་། ཡིད་ཀྱིས་ལེགས་  
པར་སྤྱད་པའི་ནམ་པར་སྒྲིན་པ་འདོད་པ་དང་། སྤྱག་པ་དང་། དགའ་  
བ་དང་། ཡིད་རྩ་འོང་བར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་གནས་ཡིན་ནོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ནི་གནས་མ་ཡིན་ནིང་གོ་སྐབས་མེད་དེ། བང་  
སེར་སྐུ་ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོ་མངོན་པར་འགྱུར་པ་དང་། དང་ཚུལ་  
ངན་པས་ལྟ་དང་མིར་སྐྱེ་བ་དང་། གཞོད་སེམས་ཀྱིས་མངོས་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། ལེ་ལོས་མངོན་པར་རྟོགས་པ་འཕྲོབ་པ་དང་། སེམས་  
གཡེངས་པས་སྒྲོན་མེད་པ་ལ་འཕྱག་པ་དང་། འཆལ་བའི་ཤེས་རབ་  
ཀྱིས་བག་ཆགས་ཀྱི་མཆོམས་སྦྱར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་རྩ་འཛོམས་  
པར་འགྱུར་བ་དང་། མཆོམས་མེད་པ་བྱེད་པས་སེམས་གནས་པར་  
འགྱུར་བ་དང་། དམིགས་པ་ཅན་ཀྱིས་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་བཟོད་པ་  
ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། འགྱོད་པ་ལ་རབ་རྩ་གནས་པས་སེམས་ཤིན་  
རྩ་སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་འདི་ནི་གནས་མེད་དོ། །གནས་མ་ཡིན་ནིང་གོ་  
སྐབས་མེད་དོ། གང་བྱུང་མེད་ཀྱི་ལུས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འཁོར་ལོས་སྐྱར་  
བའི་རྒྱལ་པོ་འཕ། བརྒྱ་བྱིན་ནམ་ཆངས་པའམ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
དང་། འདི་ནི་གནས་ཡིན་ནིང་གོ་སྐབས་ཡོད་པ་སྟེ། སྒྲིན་པས་ལོངས་  
སྤྱོད་ཆེན་པོ་མངོན་པར་འགྱུར་པ་དང་། ཞེས་ཐམས་ཅད་བརྒྱུག་ནས་



སྐྱར་བར་བྱ་ཞིང་། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་ལས་དང་པོ་ལོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། །

གཉིས་པ་ལས་ཀྱི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་ལས་ཀྱིས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་དུ་  
བྱས་ཏེ། བཤད་པ།

འདོད་དང་མི་འདོད་དེ་ལས་འབྲོག་དང་ཟད་དངོས་ཀྱི། །

ལས་དང་དེ་ཡི་རྣམ་སྒྲིན་གྱི་རྒྱ་མཚོ་གསལ་ཡོད། །

མཁྱེན་པ་རྒྱས་མཐུ་ཚོགས་མེད་མོ་མོར་འབྱུག་འབྱར་ཡ། །

རྒྱས་གསུམ་གྱིས་བྱ་བྱེད་མཛད་དེ་ནི་སྟོབས་སུ་འདོད། ༡༡

ལས་ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། ལས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དང་། ཡིད་དུ་  
འོང་བ་དང་། ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་ལས་དང་། ཟད་པའི་རྒྱ་ཟག་པ་  
མེད་པ་དང་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་དེའི་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་ལས་ལྟར་གྱིན་  
རྒྱ་མཚོ་གསལ་པ་རྒྱས་གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པ་འཇིག་རྟེན་མ་ལུས་པར་  
བྱབ་པ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་དང་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་  
ཅད་ཡོངས་སུ་མཁྱེན་པས་ཤེས་བྱ་མ་ལུས་པ་བྱབ་པར་མཛད་པའི་  
མཁྱེན་པ་ཤེས་བྱ་འགར་ཡང་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
ནི། བཙུམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ལས་དང་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་མཁྱེན་པའི་  
སྟོབས་སུ་རྣམ་པར་བཞག་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འདས་པ་དང་།  
མ་འོང་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱུང་བའི་ལས་རྣམས་དང་ལས་ཡང་དག་

དེ་བཞིན་དུ་ལས་ཡང་དག་པར་སྒྲངས་པ་གང་མ་འོངས་པའི་  
 རྟམ་ན་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་དང་། གང་བྱད་  
 པར་གྱི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །དེ་  
 བཞིན་དུ་ད་ལྟར་བྱུང་བའི་རྟམ་ན་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་ལ། མ་  
 འོངས་པའི་རྟམ་ན་བྱད་པར་གྱི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 ད་ལྟར་བྱུང་བའི་རྟམ་ན་བྱད་པར་གྱི་ཆ་དང་མཐུན་ལ། མ་འོངས་  
 པའི་རྟམ་ན་ཉམས་པའི་ཆ་དང་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་རབ་དུ་  
 ཤེས་སོ། །

424

འགྱུར་བ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཚློ་མ་པ་རྒྱུད་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོར་འགྱུར་བ་དང་། ཚློ་མ་པ་ཆེན་པོར་འགྱུར་ལ་བྱུང་པར་དུ་འགྱུར་བ་རྒྱུད་ལ་བྱུང་བ་དང་། ལས་ཡང་དག་པར་སྤངས་པ་གང་ཉན་ཐོས་ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་འབྲིན་པ་དང་། གང་རང་སངས་རྒྱལ་ཉིད་དང་། གང་སངས་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་འབྲིན་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

དེ་བཞིན་དུ་ལས་ཡང་དག་པར་སྤངས་པ་གང་དེ་ལྟར་བྱང་བ་ན་སྤྲུག་བསྐྱེལ་ལ་མ་འོངས་པ་ན་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་བདེ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ད་ལྟར་བྱང་བ་ན་བདེ་ལ་མ་འོངས་པ་ན་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་སྤྲུག་བསྐྱེལ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །དེ་ལྟར་ན་འདས་པ་དང་། མ་འོངས་པ་དང་། ད་ལྟར་བྱང་བའི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ལས་གང་ཡིན་པ་དང་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དེ་ཁོ་ན་དང་གཞན་མ་ཡིན་པ་ལ་བརྟེན་པར་ཡང་དག་པ་རྗེ་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ཤེས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་ཆོས་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་གཉིས་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

གསུམ་པ་མོས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི། ད་ནི་མོས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བཤད་པ།

འདྲོད་ཆགས་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་བའི་སྟོབས་ཀྱིས་འདྲོད་ བ་ནི། །

གིན་དུ་སྤྲོ་ཆོགས་དམན་འབྲིང་གང་ཡང་བྱུང་འཕགས་འདྲོད། །

དེ་ལས་གཞན་ནམས་ཀྱིས་གཡོགས་མོས་ལའང་མཐུན་པ་ནི། །

དུས་གསུམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་བྱུང་བ་སྟོབས་ཞེས་བྱ། །༡༡

འདིར་འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྐྱ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་ཉེ་བར་མཚོན་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེ་སྒྲུང་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱང་འཛིན་པར་བྱེད་  
 ནོ། །སོགས་པའི་སྐྱས་ནི་དད་པ་ལ་སོགས་པ་དགེ་བའི་ཚོས་ཡོངས་  
 ལུ་བསྐྱབས་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །འབྱུང་བའི་སྐྱས་ནི་འདོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་ནམས་ཀྱི་ས་བོན་སྟོས་ཏེ། འདི་ལས་འདོད་ཆགས་ལ་སོགས་  
 པ་འབྱུང་བས་ན་ཞེས་བྱ་བའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་ན་འདོད་  
 ཆགས་ལ་སོགས་པ་དང་། དད་པ་སོགས་པའི་ས་བོན་གྱིས་ཡོངས་ལུ་  
 བབྱུང་བའི་བསམ་པ་ནི་ལྷག་པར་མོས་པ་དང་། ལྷག་པར་བསམ་པ་  
 དང་འདོད་པ་དང་མོས་པ་ཞེས་བྱ་བར་བརྗོད་ལ། མོས་པ་དེ་ལས་  
 གཞན་པའི་ཚོས་ཀྱན་ཏུ་སྦྱོད་པས་བསྐྱེདས་པ་དེ་ལ་ཡང་རང་གི་ངོ་  
 བོའི་བྱུང་པར་ཡོངས་ལུ་གཙོད་པར་མཛད་པ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 མཐུན་པ་ཉིད་གང་འབྱུང་བ་དེ་ནི། སངས་རྒྱས་བཙུན་ལྷན་འདས་  
 ནམས་ཀྱི་མོས་པ་སྤྲོ་ཚོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་ལུ་ནམ་པར་གཞག་སྟེ།

ཇི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 སེམས་ཅན་གཞན་དག་དང་། གང་ཟག་གཞན་ནམས་ཀྱི་མོས་པ་དུ་  
 མ་དང་། མོས་པ་སྤྲོ་ཚོགས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་  
 ཤེས་སོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཇི་ལྟར་སེམས་ཅན་གཞན་

དག་དང་གང་ཟག་གཞན་རྣམས་ཀྱི་མོས་པ་རྒྱ་མ་དང་མོས་པ་  
 ལྷ་ཚོགས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་རྒྱ་རབ་རྒྱ་ཤེས་ཤེན། གང་  
 ཟག་གང་འདོད་ཆགས་ལ་གནས་ལ་ཞེ་སྤང་ལ་མོས་པ་དང་། གང་  
 ཟག་གང་ཞེ་སྤང་ལ་གནས་ལ་འདོད་ཆགས་ལ་མོས་པ་དང་། གང་  
 ཟག་གང་གཉི་མུག་ལ་གནས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་།  
 གཉི་མུག་ལ་མོས་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །  
 གང་ཟག་གང་དགེ་བ་ལ་གནས་ལ་མི་དགེ་བ་ལ་མོས་པ་དེ་ཡང་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། གང་ཟག་དག་སྦྱར་བ་རྒྱང་  
 བ་བསམ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ལ་མོས་པ་དང་། གང་དག་སྦྱར་བ་རྒྱ་ཆེ་ལ་  
 བསམ་པ་རྒྱང་རྒྱ་ལ་མོས་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། མོས་པ་གང་གིས་སྦྱར་བ་རྒྱང་ལ་བྱད་པར་ལ་གནས་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། སྦྱར་བ་བྱད་པར་རྒྱ་འཕགས་ལ་རྒྱང་རྒྱ་ལ་  
 གནས་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཡང་དག་པ་ཉིད་རྒྱ་ངེས་ལ་ལོག་པ་ཉིད་  
 རྒྱ་ངེས་པའི་ཁམས་ལ་འཛོག་པར་འགྱུར་བ་དང་། ལོག་པ་ཉིད་རྒྱ་  
 རྒྱ་ངེས་ལ་ཡང་དག་པ་ཉིད་རྒྱ་ངེས་པའི་ཁམས་ལ་འཛོག་པར་འགྱུར་  
 བ་དང་། མ་ངེས་ལ་ཡང་དག་པ་ཉིད་རྒྱ་ངེས་པའི་ཁམས་ལ་འཛོག་  
 པར་འགྱུར་བ་དང་། མོས་པ་གང་གིས་འདོད་པའི་ཁམས་ལས་ཤིན་  
 རྒྱ་འདའ་བར་འགྱུར་བ་དང་། གང་གིས་གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དང་།  
 གང་གིས་གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དང་། གང་གིས་ཁམས་གསུམ་  
 པ་ལས་ཤིན་རྒྱ་འདའ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་

རབ་དུ་ཤེས་སོ། ཤེས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་གསུམ་པའོ། །ཁེས་  
གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བཞི་པ་ཁམས་སྣ་ཆོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་ཁམས་སྣ་ཆོགས་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས། བཤད་པ།

སངས་རྒྱས་ཁམས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དབྱེ་ལ་མཁས་རྣམས་ཀྱིས། །

མིག་སྟོགས་རྣམས་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་དེ་ཁམས་སྣ་གསུངས། །

རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཐུན་པ་མཐུན་ལས་གྱིང་། །

རྣམ་ཀྱན་ཁམས་ཀྱི་བྱད་པར་ལ་འཁྱག་སྟོབས་སྣ་འདོད། །༡༩

རང་བཞིན་དང་ངོ་མོ་དང་སྟོང་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བ་ནི་རྣམ་གྲངས་  
དག་གོ། །སངས་རྒྱས་ཁམས་མཐུན་དག་གི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་ལ་མཁས་  
པ་རྣམས་ཀྱི་མཐུན་པ་གང་ཞིག་མིག་ལ་སྟོགས་པའི་ཁམས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་གང་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་སྟོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་རབ་དུ་  
དབྱེ་བ་དུ་མར་གྱུར་པ་དེ་ལ་སྟོགས་པ་མི་མངའ་བ་དེ་ནི་ཁམས་སྣ་  
ཆོགས་མཐུན་པའི་སྟོབས་སྣ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས། མིག་  
གི་ཁམས་དང་། གཟུགས་ཀྱི་ཁམས་དང་། མིག་གི་རྣམ་པར་ཤེས་  
པའི་ཁམས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ནང་སྟོང་པ་ཉིད་དང་། བྱི་སྟོང་པ་ཉིད་  
དང་། བྱི་ནང་སྟོང་པ་ཉིད་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཁམས་བཙུ་

བརྒྱད་ཆར་ཡང་སྟོང་པ་ཉིད་གསུམ་གསུམ་དང་སྐྱར་བར་བྱའོ། །ས་  
ལ་སོགས་པའི་ཁམས་ཀྱང་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །

རི་ལྟར་རབ་རྒྱ་ཤེས་ཤེ་ན། རྣམ་མཁའི་ཁམས་རི་ལྟ་བ་དེ་བཞིན་  
རྒྱ་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །དེ་བཞིན་རྒྱ་འདྲོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་།  
གཟུགས་མེད་པའི་ཁམས་དག་ཡོངས་སུ་བརྟགས་པ་ལས་ཡང་དག་  
བྱང་བར་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །འདུས་བྱས་ཀྱི་ཁམས་ནི་མདོན་པར་འདུ་  
བྱ་བའི་མཆན་ཉིད་རུའོ། །འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་ཁམས་ཀྱང་མདོན་པར་  
འདུ་བྱ་བ་མེད་པའི་མཆན་ཉིད་རུའོ། །ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་  
ཁམས་ནི་སྟོ་བྱར་གྱི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆན་ཉིད་རུའོ། །རྣམ་པར་  
བྱང་བའི་ཁམས་ནི་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བའི་མཆན་ཉིད་  
རུའོ། །འཁོར་བའི་ཁམས་ནི་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པའི་མ་རིག་པའི་  
མཆན་ཉིད་རུའོ། །ཟླ་ངན་ལས་འདས་པའི་དབྱིངས་ནི་ཚུལ་བཞིན་  
རིག་པའི་མཆན་ཉིད་རུའོ། །

དེ་ལྟར་ན་འཇིག་རྟེན་གནས་པའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དང་། རབ་  
རྒྱ་གནས་པའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དང་། རྗེས་སུ་བྲིད་པའི་ཁམས་  
གང་ཡིན་པ་དང་། རྩོགས་པའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དང་། བསམ་  
པའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དང་། བརྟེན་པའི་ཁམས་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་  
བཞིན་གསེགས་པས་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྒྱ་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །  
ཤེས་ནས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྒྱ་ཆོས་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་  
པའི་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ལས་བཞི་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

ལྷ་པ་དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི།  
 ད་ནི་དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་  
 གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས། བཤད་པ།

ཀྱན་ཏུ་རྟོག་མོགས་ཆེ་སྟོན་ཉིད་ནི་མཆོག་བཞེད་ལ། །

འབྲིང་གནས་སྐབས་དང་རྒྱལ་ཉིད་མཆོག་མིན་པར་བཤད་དང་། །

མིག་ལ་མོགས་དང་པན་ཚུན་སྐྱབ་བྱས་ཚུབ་པ་ལ། །

རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཆགས་མེད་སྟོབས་སུ་གསུངས། ། ༡༥

ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་ནི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ལྷག་པར་སྟོ་འདྲོགས་  
 པའོ། །ཀྱན་ཏུ་རྟོག་པ་ནི་དབང་པོ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། འདྲོད་ཆགས་ལ་  
 མོགས་པ་བསྐྱེད་པ་ལ་མངའ་བདག་ཉིད་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། །  
 མོགས་པའི་སྐྱས་ནི་དད་པ་ལ་མོགས་པ་དགེ་བའི་རྒྱ་ཅན་རྣམས་སྐྱད་  
 པར་རྟོགས་པར་བྱའོ། །དེའི་ཕྱིར་མཆོག་གི་སྐྱས་ནི་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་  
 བརྗོད་དེ། རྒྱུ་དང་འབྲིང་གི་གནས་སྐབས་ནི་མཆོག་མ་ཡིན་པའི་  
 སྐྱས་བརྗོད་དོ། །མིག་མོགས་ཞེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་མིག་ལ་མོགས་པའི་  
 དབང་པོ་ཉི་ཤུ་ཅ་གཉིས་འཛིན་ཏོ། །དེའི་ཕྱིར་འདིར་དབང་པོའི་རང་  
 གི་ངོ་བོ་བྱགས་སུ་རྒྱུད་པ་དང་། པན་ཚུན་འབྲས་སུ་སྐྱབ་པར་བྱས་  
 པའི་རང་གི་ངོ་བོ་བྱགས་སུ་རྒྱུད་པ་ལ་མཐུན་པ་གང་ཞིག་ཐོགས་ང་  
 མི་མངའ་བ་འདི་ནི་དབང་པོ་མཆོག་དང་མཆོག་མ་ཡིན་པ་མཐུན་  
 པའི་སྟོབས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

ངི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་



སེམས་ཅན་གཞན་དག་དང་། གང་ཟག་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོའི་  
 རིམ་པ་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཇི་ལྟར་སེམས་ཅན་གཞན་  
 དག་དང་། གང་ཟག་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོའི་རིམ་པ་ཡང་དག་  
 པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་ཤེས་ཤིང་།

རིགས་ཀྱི་བྱ་འདི་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་དབང་  
 པོ་རྒྱལ་པོ་རྣམས་ཀྱང་སེམས་ཅན་དབང་པོ་རྒྱལ་པོར་ཡང་དག་པ་  
 ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །དེ་བཞིན་རུ་དབང་པོ་འབྲིང་ཡང་  
 རབ་རུ་ཤེས་སོ། །དབང་པོ་རྣམས་པོ་ཡང་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །ཡོངས་སུ་  
 རྟོག་པའི་དབང་པོ་ཅི་འདྲ་བས་མཐར་སོང་བའི་འདོད་ཆགས་སྐྱེ་བ་  
 དང་། མཐར་སོང་བའི་ཞེ་སྤང་དང་། མཐར་སོང་བའི་གཏི་མུག་སྐྱེ་  
 བ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །མཐར་སོང་བ་  
 ཞེས་བྱ་བ་ནི་རབ་རུ་ཐུར་པའོ། །ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་དབང་པོ་ཅི་  
 འདྲ་བས་འདོད་ཆགས་དང་ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་བཙས་མ་སྐྱེ་བ་  
 དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་  
 དབང་པོ་གང་གིས་སྐྱེལ་ཞིའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་། གཏི་  
 མུག་སྐྱེ་བ་དང་། ཡོངས་སུ་རྟོག་པའི་དབང་པོ་གང་གི་ཚར་བཅད་  
 པའི་འདོད་ཆགས་དང་། ཞེ་སྤང་དང་གཏི་མུག་སྐྱེ་བ་དེ་ཡང་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རུ་ཤེས་སོ། །དབང་པོ་གང་དག་དགེ་བའི་  
 རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་དང་། དབང་པོ་གང་དག་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་

ལས་བྱང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རྒྱ་  
ཤེས་སོ། །

གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་མིག་གི་དབང་པོ་རབ་རྒྱ་  
ཤེས་པ་ནས་ཀྱན་ཤེས་པ་དང་ལྷན་པའི་དབང་པོའི་བར་རབ་རྒྱ་  
ཤེས་སོ། །དབང་པོ་གང་མིག་གི་དབང་པོའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བ་ན་བའི་  
དབང་པོ་འཛོག་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །  
དེ་བཞིན་རྒྱ་ན་བའི་དབང་པོ་ལ་སོགས་པ་ནམས་ཀྱང་རིག་པར་  
བྱའོ། །སེམས་ཅན་གང་སྤྱོན་པའི་དབང་པོ་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཚུལ་  
བྱིས་ལ་སྦྱར་བ་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དབང་པོ་མཛོག་དང་  
མཛོག་མ་ཡིན་པ་ཤེས་པས་སྤྱོན་པའི་གཏམ་བྱེད་དོ། དེ་བཞིན་རྒྱ་  
ཚུལ་བྱིས་དང་། བཅོད་པ་དང་། བཙོན་ལྷུས་དང་། བསམ་གཏན་  
དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་དབང་པོ་ཅན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྤྱོན་པ་ལ་སོགས་  
པ་དེ་ལ་སྦྱར་བ་དེ་ལ་དེ་ལྟར་ཚུལ་བྱིས་ལ་སོགས་པའི་གཏམ་བྱེད་  
དོ། །དེ་བཞིན་རྒྱ་གང་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པའི་དབང་པོ་ཅན་ཡིན་ལ།  
དེ་ཡང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་ལ་སྦྱར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སོགས་པ་  
སྦྱར་རོ། །

རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལྟར་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་དབང་པོ་ཡོངས་སུ་སྤྱོན་པ་ནམས་ནི་དབང་པོ་ཡོངས་  
སུ་སྤྱོན་པ་ནམས་སོ་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དག་པར་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྒྱ་  
རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །ཡོངས་སུ་མ་སྤྱོན་པ་ནམས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མ་སྤྱོན་

པ་རྒྱལ་ས་ཞེས་བྱ་བ་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྩ་རབ་རྩ་ཤེས་  
 སོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བ་མ་ཡིན་པ་རྒྱལ་ཞི་ངེས་པར་འབྱུང་བ་མ་  
 ཡིན་པ་རྒྱལ་ས་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་རྩ་རབ་  
 རྩ་ཤེས་སོ། །ངེས་པར་འབྱུང་བ་དང་བཅས་པ་རྒྱལ་ས་ཀྱང་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བ་དང་བཅས་པ་རྒྱལ་ས་ཞེས་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 རྩ་རབ་རྩ་ཤེས་སོ། །སེམས་ཅན་གྱི་དབང་པོའི་རྒྱལ་པ་གང་ཡིན་པ་  
 དང་། སྦྱོར་བ་གང་ཡིན་པ་དང་། གསུམ་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། གང་  
 གི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རྒྱུ་གང་ཡིན་པ་དང་། དམིགས་པ་གང་  
 ཡིན་པ་དང་། མཐར་ཐུག་པ་གང་ཡིན་པ་དང་། མཐའ་གང་ཡིན་པ་  
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཡང་དག་པ་རི་ལྟ་བ་  
 བཞིན་རྩ་རབ་རྩ་ཤེས་སོ། །འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་ལས་ལྟ་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།

རྒྱག་པ་ཐམས་ཅད་རྩ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་ཐམས་ཅད་རྩ་འགྲོ་བའི་ལམ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་  
 རྩ་བྱས་ནས། བཤད་པ།

ལམ་འགའ་རྒྱལ་བ་ཉིད་དང་འགའ་ཞིག་རང་རྒྱལ་གྱི། །

བྱང་རྒྱལ་དང་ནི་ཉན་ཐོས་བྱང་རྒྱལ་ཡི་དྲགས་དང་། །

བྱད་འགྲོ་ལྟ་མི་རྒྱལ་དང་དབྱལ་ལ་སོགས་འགྲོ་བ། །

དེ་ལ་མཁྱེན་པ་ཆགས་ཅིང་མཐའ་ལས་སྟོབས་སྤྱི་འདོད། །༡༦

དེ་ལ་ལམ་གྱི་སྒྲས་ནི་ལམ་ཤུལ་བཟོད་དོ། །ལམ་གང་ལ་ལམ་

ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ངང་ཚུལ་ཡོད་པ་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་  
བའི་ལམ་སྟོན། །ལམ་འགའ་ཞིག་ནི་སངས་རྒྱལ་ཉིད་དུ་འདོད་དོ། །ལ་  
ལ་ནི་རང་རྒྱལ་བའི་བྱང་ཆུབ་དུ་འོ། །ལ་ལ་ནི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་  
དུ་འོ། །ལ་ལ་ནི་ལྷ་དག་དུ་ཡིན་པ་ནས་དཔྱལ་བ་དག་དུ་ཡིན་པའི་  
བར་རོ། །སོགས་པའི་སྒྲ་ནི་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་བསྟན་པར་མཚོན་པའི་  
དོན་རྟོ། །དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ལམ་གང་ཞིག་གང་དུ་འགྲོ་  
བའི་ལམ་དེ་ནི་དེར་འགྲོ་བ་ཡིན་ལོ་ཞེས་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
དུ་རབ་དུ་མཐུན་རྟོ། །དེའི་སྤྱིར་བཙམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་མཐུན་པ་ལམ་  
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡུལ་ཅན་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ་འདི་ནི་ཐམས་ཅད་དུ་  
འགྲོ་བའི་ལམ་མཐུན་པའི་སྟོབས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

ཇི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཀྱང་  
དུ་འགྲོ་བའི་ལམ་ཤེས་པ་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་  
ཤེས་སོ། །

ཇི་ལྟར་རབ་དུ་ཤེས་ཤིང་། ཡང་དག་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་སེམས་  
ཅན་ཀྱི་ཁམས་ཀྱང་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་  
སོ། །མ་ངེས་པ་དང་ལོག་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱི་ཁམས་  
ཀྱང་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །ངེས་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་ཀྱི་ཁམས་  
ནི་འདི་ལྟར་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །སེམས་ཅན་གང་དག་རྒྱུ་སྟོབས་ཅན་  
སྟོན་ཀྱི་སྤྱིར་བ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ། ཟུར་ཙམ་གྱིས་གོ་བ་དབང་པོ་  
རྣམས་པོའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཚོས་བསྟན་

ཀྱང་རུང་། མ་བསྟན་ཀྱང་རུང་སྟེ། རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་སྐལ་པ་ཡོད་  
 པ་དེ་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྟོན་གྱི་རྒྱ་དང་སྟོབས་ཤེས་ནས་  
 ཆོས་སྟོན་རྟེ། །མ་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཀྱང་འདི་ལྟར་ཤེས་  
 རྟེ། གང་དག་རྒྱུན་གྱི་སྟོབས་ཅན་ཡོངས་སུ་སྒྲིན་པར་བྱ་བའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཅན་གྱི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གལ་ཏེ་མཐུན་པར་འདོམས་ཤིང་  
 རྗེས་སུ་སྟོན་པ་དང་ཕྱད་ན་རྣམ་པར་གྲོལ་བར་འགྱུར་གྱི། མ་ཕྱད་ན་  
 རྣམ་པར་གྲོལ་བར་མི་འགྱུར་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
 པས་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་རྒྱ་དང་རྒྱུན་དང་ལྡན་པའི་གཏམ་ཡང་དག་པར་  
 གསུངས་རྟེ། གང་གི་སྤྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལས་དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
 ཐོས་ནས་ཚུལ་བཞིན་རུ་རབ་རུ་སྦྱོར་བས་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་  
 བ་དེ་དག་གི་དོན་རུ་སངས་རྒྱས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རྣམས་འབྱུང་  
 རོ། །ཡོག་པ་ཉིད་རུ་ངེས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་འདི་ལྟར་རབ་  
 རུ་ཤེས་སོ། །ཡོངས་སུ་སྦྱང་བ་མ་བྱས་པ། ཁོ་རེ་རྒྱུད་བ། ལྷན་པོ་སྟོད་  
 རུ་མ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཆོས་  
 བསྟན་ཀྱང་རུང་མ་བསྟན་ཀྱང་རུང་སྟེ། སེམས་ཅན་དེ་དག་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བའི་སྐལ་པ་མེད་པས་དེ་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སྟོད་མ་  
 ཡིན་པར་རིག་ནས་བཏང་སྟོམས་སུ་འཛོག་སྟེ། དེ་དག་གི་ཆེད་རུ་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གོ་ཆ་ཤུལ་རྟེ། །

གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ལམ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་རབ་རུ་ཤེས་རྟེ། གསུམ་གང་ཞེ་ན། འདོད་ཆགས་ཀྱི་ལམ་

གང་ལྟག་པའི་རྣམ་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་ལམ་  
 གང་རྗེས་སུ་ཆགས་པའི་རྣམ་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། འདྲོད་ཆགས་  
 ཀྱི་ལམ་གང་སྟོན་གྱི་བག་ལ་ཉལ་གྱི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད་དོ། །ཞི་  
 སྤང་གི་ལམ་རྣམ་པ་གསུམ་ཡང་རབ་ཏུ་ཤེས་ཏེ། ཞི་སྤང་གི་ལམ་གང་  
 ཁོང་སྐོ་བའི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། ཞི་སྤང་གི་ལམ་གང་བསམ་པ་  
 ཡོངས་སུ་མ་རྒྱུགས་པ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། ཞི་སྤང་གི་ལམ་གང་  
 སྟོན་གྱི་བག་ལ་ཉལ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད་དོ། །གཏི་མུག་གི་ལམ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་ཆར་ཡང་རབ་ཏུ་ཤེས་ཏེ། གཏི་མུག་གི་ལམ་གང་མ་རིག་  
 པའི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། གཏི་མུག་གི་ལམ་གང་འཇིག་ཚོགས་ལ་  
 ལྟ་བའི་རྒྱུ་ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད། གཏི་མུག་གི་ལམ་གང་ཐེ་ཚོམ་གྱི་རྒྱུ་  
 ལས་སྐྱེ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་ཏུ་  
 ཤེས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་རྒྱས་པར་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་འཇུག་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བ་དང་། ལྟག་པའི་རྒྱུ་ལས་བྱུང་བའི་  
 ལམ་གང་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཏུ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་མཐོང་བ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འཇུག་སྟེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་རྒྱུག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །

བདུན་པ་བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་ཏིང་འཛིན་སྟོན་ལྟག་སོགས་མཁྱེན་པའི་  
 ལྟ་བས་ནི།

ད་ནི་བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་

དང་། ལྷོམས་པར་འབྱུག་པ་དང་། ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་།  
རྣམ་པར་བྱང་བའི་ལྷང་བ་མཁྱེན་པའི་ལྷོབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
བཤད་པ།

འདིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་རྣལ་འབྱོར་བྱེ་བྲག་ལ་བ་དད། །

བསམ་གཏན་རྣམ་ཐར་བརྒྱད་གང་ཞི་གནས་གང་དག་དང་། །

ལྷོམས་འབྱུག་བྱུང་བར་གང་དག་གཅིག་དང་བརྒྱད་གྱུར་པ། །

དེ་ལ་མཁྱེན་པ་ཐོགས་མེད་འདི་ནི་ལྷོབས་སྤྱོད་བཤད། །ཉེ

དེ་ལ་འདིག་རྟེན་མཐའ་ཡས་པ་ན། རྣལ་འབྱོར་པའི་བྱང་པར་  
གྱིས་རབ་དུ་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པར་གྱུར་པ་བསམ་གཏན་དག་ནི་  
བཞིའོ། །རྣམ་པར་ཐར་པ་ནི་བརྒྱད་དོ། །ཁི་གནས་ནི་ཉིང་ངེ་འདྲིན་  
དག་སྟེ། །དགེ་བ་ལ་སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་མཆོན་ཉིད་ཅན་འོ། །མཐར་  
གྱིས་གནས་པའི་ལྷོམས་པར་འབྱུག་པ་དག་ནི་དགུ་སྟེ། བསམ་གཏན་  
བཞི་དང་། གཟུགས་མེད་པ་བཞི་དང་། འདུ་ཤེས་དང་། ཆོར་བ་  
འགོགས་པའོ། །ཀྱུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་ནི་མ་རིག་པ་དང་། རྩལ་  
བཞིན་མ་ཡིན་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །རྣམ་པར་  
བྱང་བའི་རྒྱ་ནི་གཞན་ལས་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྐྱ་དང་སོ་སོ་རང་གི་  
རྩལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་དག་གོ། །དེའི་  
ཕྱིར་རྣལ་འབྱོར་པའི་དབྱེ་བས་སོ་སོར་རབ་དུ་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་  
པར་གྱུར་པ་བསམ་གཏན་ལ་སོགས་པ་དེ་ལ་མཁྱེན་པ་གང་ཞིག་  
ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ་དེ་ནི་བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་

དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་། སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། ཀུན་ནས་  
ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་བྱང་བའི་ལྷང་བ་མཐུན་པའི་སྟོབས་  
སུ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

ཇི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
བསམ་གཏན་དང་། རྣམ་པར་ཐར་པ་དང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་།  
སྟོམས་པར་འཇུག་པ་དང་། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་། རྣམ་པར་  
བྱང་བའི་ལྷང་བ་ཤེས་པ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་  
རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

ཇི་ལྟར་རབ་དུ་ཤེས་ཤེ་ན། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་  
མོངས་པ་སྟེ་བའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་གང་ཡིན་པ་དེ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་  
དག་པ་འགྱུར་བས་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དང་། རྒྱུན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

དེ་ལ་རྒྱ་ནི་གང་། རྒྱུན་ནི་གང་ཞེ་ན། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་  
ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་ནི་ཚུལ་བཞིན་མ་ཡིན་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། །  
སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུན་ནི་མ་རིག་པའོ། །  
མ་རིག་པ་ནི་རྒྱའོ། །འདུ་བྱེད་རྣམས་ནི་རྒྱུན་རྟོ། །འདུ་བྱེད་ནི་རྒྱའོ། །  
རྣམ་པར་ཤེས་པ་ནི་རྒྱུན་རྟོ་ཞེས་བྱ་བ་ནས། ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
ནི་རྒྱའོ། །ལས་རྣམས་ནི་རྒྱུན་རྟོ། །ལྟ་བ་ནི་རྒྱའོ། །སྲིད་པ་ནི་རྒྱུན་རྟོ། །  
བག་ལ་ཉལ་བ་ནི་རྒྱའོ། །ཀུན་ནས་ལྷང་བ་ནི་རྒྱུན་རྟོ་ཞེས་བྱ་བའི་



བར་དང་།

དེ་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་བྱང་བའི་རྒྱ་ནི་གང་རྒྱུན་ནི་  
གང་ཞེ་ན། རྒྱ་གཉིས་དང་རྒྱུན་གཉིས་སོ། །གཉིས་གང་ཞེ་ན། གཞན་  
ལས་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་སྤྱོད་དང་། སོ་སོ་རང་གི་རྒྱལ་བཞིན་ཡིད་ལ་  
བྱེད་པའོ། །གཞན་ཡང་གཉིས་ཏེ། ཞི་གནས་ལ་ཆེ་གཅིག་པ་དང་།  
ལྷག་མཐོང་ལ་མཁས་པའོ་ཞེས་རྒྱས་པར་འབྱུང་ཞིང་། འདི་ནི་སེམས་  
ཅན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་དག་པའི་རྒྱལོ། །འདི་ནི་རྒྱུན་ཏེ་དེ་ཡང་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་རྒྱ་ཤེས་སོ། །

དེ་བཞིན་རྒྱ་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཡེ་ཤེས་དང་  
ལྷན་པས་འདོད་པ་རྣམས་ལས་དབེན་པ། སྒྲིག་པ་མི་དགེ་བའི་ཆོས་  
རྣམས་ལས་དབེན་པ། རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པ་རྣམ་པར་  
དཔྱེད་པ་དང་བཅས་པ། དབེན་པ་ལས་སྦྱེས་པའི་དགའ་བ་དང་བདེ་  
བ་ཅན་བསམ་གཏན་དང་ཕོ་ལ་སྦྱོམས་པར་བྱགས་ཏེ་འགོག་པ་ལས་  
ལྷང་ངོ་། །འགོག་པ་ལ་སྦྱོམས་པར་བྱགས་ཏེ་བསམ་གཏན་དང་ཕོ་  
ལས་ལྷང་ངོ་། །རྣམ་པར་ཐར་པ་བརྒྱད་ལ་ལྷགས་དང་མཐུན་པར་  
ཡང་སྦྱོམས་པར་འཇུག་གོ། །ལྷགས་དང་མི་མཐུན་པ་དང་། སྤྱེལ་ཞིར་  
ཡང་ངོ་། །ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་སྦྱོམས་པར་འཇུག་པར་སྟོན། སྦྱོམས་པར་  
འཇུག་པ་ནི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱ་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་  
ངེ་འཛིན་ལ་འདྲེས་པ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་  
ནི་དམིགས་པས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་སྦྱོམས་པར་འཇུག་པར་བྱ་བ་མེད་

དོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གཅིག་གིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 ཐམས་ཅད་མངོན་པར་འགྲུབ་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ནི་ཏིང་  
 ངེ་འཛིན་གཅིག་ལས་མ་ལངས་པར་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཐམས་ཅད་ལ་  
 སྟོམས་པར་འཇུག་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སེམས་གཅིག་ནས་  
 གཅིག་ཏུ་འཇུག་པ་མེད། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སེམས་མཉམ་པར་  
 མ་བཞག་པ་མི་དམིགས་སོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 བྱི་སྐྱུ་ཀྱང་བཟླ་བར་མི་རུས་ཏེ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་རང་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏོ། །རང་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 གྱིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་ཏོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 བྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་  
 ཏོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ནི་ཟིལ་གྱིས་མི་གཞོན་  
 པ་སྟེ། འདི་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནི་ཟིལ་གྱི་མི་གཞོན་  
 པར་འཇུག་པའོ། །གདམས་པ་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་པ་གང་དང་གང་  
 གིས་ཉན་ཐོས་རྣམས་ཏིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །གང་གིས་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་  
 དང་། གང་གིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱིས་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 བསྐྱེད་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །ཤེས་ནས་  
 ཀྱང་དེ་བཞིན་ཏུ་འདོམས་ཤིང་དེ་བཞིན་ཏུ་རྗེས་ཏུ་སྟོན་ཏེ། འདི་ནི་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བདུན་པའོ། །ཁིས་

གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྒྱད་པ་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་

དུ་བྱས་ནས། བཤད་པ།

རི་སྟོང་གཏི་མུག་དེ་སྟོང་སྟོང་གནས་འདས་བདག་དང་། །

སེམས་ཅན་གཞན་རེ་རེ་ཡི་སྟོང་པའི་སེམས་ཅན་ནི། །

རི་སྟོང་དེ་སྟོང་མཐའ་ཡས་གཞིར་བཅས་ཡུལ་སྟོགས་དང་། །

བཅས་རྣམས་ལ་སྟོ་གང་དང་གང་ཡིན་སྟོབས་སུ་བཤད། ། ༡༩

རི་སྟོང་གཏི་མུག་ཅེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་སྟོ་བ་གཅིག་ནས་གཅིག་

དུ་བརྒྱད་པ་སྟོན་མ་མེད་པ་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་མཐུན་

པའི་ཡུལ་ཉིད་དུ་བཤད་དོ། །སེམས་ཅན་རི་སྟོང་ཅེས་བྱ་བ་འདིས་ནི་

སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལུ་མཐའ་མེད་པ་བསྟུ་བར་བརྗོད་དོ། །གཞིར་

བཅས་སྟོས་པས་ནི་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ཉིད་ཀྱི་སྟོ་ནས་དེ་བསྟུ་བ་

བཤད་དོ། །ག་གེ་མོ་ཞིག་ནས་བདག་ཁ་དོག་ནི་འདི་འདྲ་བར་གྱུར།

རྣམ་པ་ནི་འདི་ལྟ་བུར་གྱུར་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྟོགས་པ་ནི་མདོ་རི་ལྟ་བ་

བཞིན་ནོ། །དེ་ལ་ཁ་དོག་ནི་འདི་འདྲ་བར་གྱུར་ཞེས་བྱ་བར་རྗེས་སུ་

དྲན་པས་ནི་རྣམ་པ་དང་བཅས་པར་རྗེས་སུ་དྲན་པར་འགྱུར་རོ། །ཆེ་

གེ་མོ་ཞིག་ན་བདག་གནས་ནས་དེ་ནས་ཤི་འཕྱོས་ནས་ག་གེ་མོ་ཞིག་

དུ་སྟོས་དེ་ནས་ཤི་འཕྱོས་ནས་འདིར་སྟོས་སོ་ཞེས་བྱ་བ་དྲན་པས་ནི་

ཡུལ་སྟོགས་དང་བཅས་པར་རྗེས་སུ་དྲན་པར་འགྱུར་རོ། །ལྷག་མ་ནི་

རྒྱ་དང་བཅས་པར་རྒྱུ་ལྷན་པའོ།

དེ་ལྟར་སྒྲིག་གི་སྤྱིད་པ་གཞི་དང་བཅས་པ་དང་། དུལ་སྤྱོད་གས་  
དང་བཅས་པ་དང་། རྣམ་པ་དང་བཅས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་  
ལྷན་འདས་གི་མཁུན་པ་གང་ཞིག་སྤྱོད་གས་པ་མི་མངའ་བ་ནི་སྒྲིག་གི་  
གནས་རྒྱུ་ལྷན་པ་མཁུན་པའི་སྤྱོད་པས་ཡིན་ནོ། །སྤྱོད་པས་འདིས་ནི་  
སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྷན་འདས་རྣམས་སེམས་དང་སེམས་ལས་བྱུང་  
བའི་རྒྱ་བ་འདས་པ་དག་མ་ལུས་པར་རི་ལྟ་བ་བཞིན་སྤྱོད་གས་སྤྱོད་  
དེ། སྤལ་བ་དང་ལྷན་པ་དང་། སྤལ་བ་དང་མི་ལྷན་པའི་རྒྱ་བ་མཁུན་  
པ་ཉིད་གིས་ཆོས་འབྲས་བྱུ་ཡོད་པ་སྤྱོད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་  
བྱ་བར་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། དེ་སེམས་ཅན་དེའི་སྒྲིག་གི་གནས་རྒྱུ་ལྷན་ནོ། །  
སྒྲིག་གི་རྒྱ་བ་རི་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱ་གང་གིས་སེམས་ཅན་གང་ཀྱན་དུ་བྱུང་  
བ་དེའི་སྒྲིག་གི་རྒྱ་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པས་རབ་དུ་ཤེས་ཏེ་ཤེས་ནས་  
ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་སྤྱོད་ཏོ། །སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གི་སེམས་གི་  
རྒྱ་བ་འདས་པ་ཡང་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །སེམས་  
གང་གིས་དམིགས་པ་ཅན་གི་འོག་དུ་སེམས་གང་གི་དམིགས་པ་ཅན་  
སྤྱོད་བ་དང་། དམིགས་པ་གང་གིས་སྤྱོད་བ་དང་། དམིགས་པ་གང་དང་  
བྲལ་བ་ན་འགག་པ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་གསལ་གསལ་པས་རབ་དུ་ཤེས་སོ། །

དེ་ལྟར་རི་ཅམ་དུ་སེམས་ཅན་གཅིག་གི་སེམས་གཅིག་ནས་  
གཅིག་དུ་བརྒྱུད་དེ་འཇུག་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་འོག་དུ་སེམས་འདི་ལྟ་

བྱ་ཞིག་བྱང་ལ། དེའི་འོག་ཏུ་ཡང་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱང་བ་དེ་བསྐལ་  
 པ་གང་གླུ་ལྷུང་གི་བྱེ་མ་སྟེད་ཏུ་ཡང་ཆོག་ཏུ་བསྟན་པས་བསྟན་  
 པར་དགའོ། །དེ་བཞིན་ཏུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡང་དེ་ལྟ་བུ་སོ་  
 སོར་སེམས་གཅིག་ནས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱད་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་  
 རབ་ཏུ་ཤེས་སོ། །ཡོངས་སུ་བརྟག་པ་ཉི་བར་བཟུང་སྟེ་སྤྱི་མའི་ཐུར་  
 ཐུག་པར་བསྟན་ཀྱང་དེའི་ཡེ་ཤེས་མཐར་ཐུག་པར་མི་འགྱུར་རོ། །  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོན་གྱི་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པ་ཤེས་པ་འདི་  
 བློ་བསྐྱེད་ཀྱིས་མི་བྱུང་ཅིང་མཚུངས་པ་མེད་ལ། ཚད་མེད་དེ། དེའི་  
 མཐའ་ནི་བསྟན་པར་སྤྲོ་བ་མ་ཡིན་རོ། །སངས་རྒྱལ་ཁྱེད་མཆོག་ཏུ་གྱུར་  
 པས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་སེམས་ཅན་དེ་དག་ལ། གྱེ་སེམས་ཅན་  
 གང་དག་དགེ་བའི་རྩ་བ་སངས་རྒྱལ་ལ་བསྐྱེད་པའམ། ཉན་ཐོས་ལ་  
 བསྐྱེད་པའམ། རང་སངས་རྒྱལ་ལ་བསྐྱེད་པ་དེ་ལྟ་བུ་དྲན་པར་གྱིས་  
 ཤིག་ཅིས་དྲན་པར་བྱེད་དོ། །

འདི་ལྟ་སྟེ། སངས་རྒྱལ་གྱི་མཐུས་སེམས་ཅན་དེ་དག་གིས་ཀྱང་  
 དྲན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་དེ་དག་ལ་དགེ་བའི་རྩ་  
 བ་ལ་དམིགས་པ་དེ་དང་དེས་ཅི་ནས་ཐེག་པས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་  
 ལས་སྤྱིར་མི་སྟོན་པར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཆོས་སྟོན་ཏོ། །འདི་ནི་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བརྒྱད་པའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ། །

དགུ་པ་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
ནས། བཤད་པ།

སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཅན་རེ་རེ་ནི་འཆི་འཕོ་དང་། །

སྐྱེ་གང་འདི་ག་རྟེན་ལ་གནས་ནས་མཁའི་མཐར་ཐྱག་དང་། །

བཀྲ་མང་དེ་ལ་མཁྱེན་བ་རྒྱས་དེར་འརྱུག་བ་ཡིས། །

མ་ཆགས་རྣམ་ཀྱན་ཡོངས་དག་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སུ་འདོད། །༡༧

འཆི་འཕོ་བ་ནི་ཕུང་པོ་འདིག་པའོ།      །སྐྱེ་བ་ནི་ཕུང་པོའི་ཉིང་

མཆམས་སྦྱར་བའོ།    འདིག་རྟེན་མ་ལུས་པའི་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་  
ནས་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་པ། ལས་ཤིན་དུ་སྤྲོ་ཆོགས་པའི་  
བཟོས་སྦྱར་བ་གང་དག་ཡིན་པ་དེ་དག་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སྐྱད་  
ཅིག་གཅིག་ཁོ་ན་ལ་ལྷུན་གྱིས་གྲུབ་པར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
དུ་མཁྱེན་ལ། དེའི་ཡེ་ཤེས་ལུལ་འགའ་ལ་ཡང་ཆགས་པ་མི་མངའ་སྟེ།  
རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་དག་པས་ཐོགས་པ་མི་མངའ་བ་འདི་  
ནི་བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་  
སུ་རྣམ་པར་གཞག་གོ།    །བཙམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་སེམས་ཅན་རྣམས་  
ཀྱི་འཆི་འཕོ་དང་སྐྱེ་བ་མཁྱེན་པ་འབའ་ཞིག་དུ་མ་བྱད་ཀྱི། འོན་ཀྱང་  
ལྟའི་སྦྱན་གྱིས་འཆགས་པ་དང་འདིག་པ་ལ་སོགས་པ་སྤྲོ་ཆོགས་པ་  
མང་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཆང་བ་མེད་པར་རབ་དུ་མཁྱེན་ཏོ་ཞེས་  
བྱ་བར་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

ཇི་སྐྱད་དུ། དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྟའི་མིག་ནི་འདི་ཡིན་

༡༩། མིག་དེས་སྟོགས་བརྩེ་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཚས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱིས་སྒྲས་  
 པ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཀྱི་མཐས་གཏུགས་པ། ཚད་མེད་གུངས་མེད་པ་  
 བགུང་བ་ལས་ཤིན་ཏུ་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་དེ་དག་ནི་ཞིང་  
 ཏུ་སྒྲང་བ་གང་ལ་ལ་སེམས་ཅན་གྱི་རྗེས་སུ་བཟུང་བ་འཛིག་པ་དང་  
 འཆགས་པ་དེ་དག་མཐོང་ངོ། །གང་ལ་ལ་སེམས་ཅན་ཏུ་སྒྲང་བ་  
 འཆི་འཕོ་བ་དང་། རྒྱུ་བ་དང་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོ་དང་ལས་རི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་ཏུ་ཉེ་བར་འགྲོ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཐོང་ངོ། །གང་ལ་  
 ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་སྒྲང་བ་འཆི་འཕོ་བ་དང་མངལ་ཏུ་འཕྱག་  
 པ་དང་འབྱུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཐོང་ངོ། །གང་ལ་ལ་སངས་  
 རྒྱས་སུ་སྒྲང་བ་མདོན་པར་རྒྱགས་པར་འཛང་རྒྱ་བ་ཚས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་  
 བསྐྱོར་བ་ཆེའི་འདུ་བྱེད་འདོར་བ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བ་དེ་  
 དག་ཐམས་ཅད་མཐོང་ངོ། །གང་ལ་ལ་ཉན་ཐོས་སུ་སྒྲང་བ་ནམ་པར་  
 གྲོལ་བ་ཡོངས་སུ་ཐུང་ན་ལས་འདའ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཐོང་  
 ངོ། །གང་ལ་ལ་རང་སངས་རྒྱས་སུ་སྒྲང་བ་རྩུ་འཕྲུལ་སྟོན་པ་ཡོན་  
 རྒྱུང་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་མཐོང་ངོ། །སེམས་ཅན་གང་དག་སྒྲང་  
 བར་གྱུར་པ་དག་དང་དག་ཕྱི་རོལ་གྱི་མདོན་པར་ཤེས་པ་ལྷ་པོ་  
 རྣམས་ཀྱི་མིག་ལམ་ཏུ་བྱུང་བ་དང་། ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་མ་ཡིན་པ་  
 དང་། རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མ་ཡིན་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའ་དག་གི་མ་ཡིན་པ་དེ་དག་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྤྱི་  
 མིག་ལ་སྒྲང་བར་འགྱུར་རོ། །

ཡང་ཤིང་རྟའི་འཕང་ལོ་ཅམ་གྱི་སྟོགས་ན་སྤང་བར་མ་གྱུར་པའི་  
 སེམས་ཅན་གང་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྤང་བར་གྱུར་པ་དེ་  
 དག་ནི་ཆེས་མང་གི། སྟོང་གསུམ་གྱི་སྟོང་ཆེན་པོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
 ཁམས་གྱི་ལྟ་དང་མི་རྣམས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྤང་  
 བར་མ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཚད་མེད་དོ། །

དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་བའི་སེམས་ཅན་གང་ཡིན་ཞེས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པའི་ལྟའི་མིག་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཐམས་ཅད་  
 དུ་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལ་རྣམ་པར་བལྟའོ། །སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འདུལ་  
 བའི་སེམས་ཅན་གྱི་རིས་ཇི་སྟེད་པ་དེ་དག་གི་མདུན་དུ་དེ་སྟེད་གྱི་  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞུགས་ཤིང་སེམས་ཅན་དེ་དག་འདུལ་ཡང་  
 དེ་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་མི་ཤེས་ཏེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་དགུ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུའོ། །

བརྩ་བ་ཟག་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ནི།

ད་ནི་ཟག་པ་ཟད་པ་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས།  
 བཤད་པ།

རྣམ་ཀུན་མཐུན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་ཕྱུར་དུ་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི། །

ཉོན་ཨྲངས་དང་ནི་བག་ཆགས་དང་བཅས་འཇིག་འགྱུར་དང་། །

སྟོབ་མ་ལ་སོགས་ཉོན་ཨྲངས་སྟོ་ཡིས་འགོག་པ་གང་། །

དེ་ལ་མཐུན་པ་ཆགས་ཅིང་མཐའ་ཡས་སྟོབས་སྤྱུ་འདོད། །༡༠



དེ་ལ་ཉོན་མོངས་པ་དག་ནི་མ་རིག་པ་དང་འདྲོད་ཆགས་ལ་  
 སོགས་པ་དག་སྟེ། འཇིག་རྟེན་ཁམས་གསུམ་པ་ཉོན་མོངས་པར་བྱེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །གང་གི་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་འབག་པར་བྱེད་ཅིང་སྒོ་བར་  
 བྱེད་ལ་རྗེས་སུ་བསྐྱོད་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་བག་ཆགས་ཏེ་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ཐུར་ཐུག་པ་དང་གོམས་པ་དང་རྩ་བ་དང་བག་ཆགས་ཞེས་  
 བྱ་བ་ནི་རྣམ་གྲངས་དག་གོ། །དེ་ནི་བྱག་པ་མེད་པའི་ལམ་གྱིས་ཉོན་  
 མོངས་པ་སྤངས་སུ་བེན་ཀྱང་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་གྱིས་སྤང་བར་མི་རུས་ཏེ། ཏིལ་མར་དང་མེ་ཏོག་ལ་སོགས་པ་  
 བསལ་དུ་བེན་ཀྱང་བུམ་པ་དང་སྒྲུལ་སུ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ལ་དེ་  
 དག་དང་སྤྱད་པས་ཡོན་ཏན་སྤྲོ་མོ་དམིགས་པ་བཞིན་ནོ། །འདི་ལྟར་  
 ཉོན་མོངས་པ་སྤངས་ཀྱང་བག་ཆགས་ཡོད་པས་དགྲ་བཅོམ་པ་  
 སྒོན་སྟུར་གྱུར་པ་མཆོང་ཞིང་མཆོང་ཞིང་འགོ་བ་དང་སྒོན་བུམ་  
 ཟེར་གྱུར་པའི་དམངས་མོར་བརྗོད་པའི་ཀུན་ཏུ་སྦྱོད་པ་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་གྱིས་བརྒྱུག་ཏུ་བེན་ཀྱང་མ་ལོག་པ་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་མ་རིག་པའི་བག་ཆགས་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོངས་སུ་དཔྱོད་པའི་  
 གེགས་སུ་གྱུར་པ་ཡིན་ལ། འདྲོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བག་ཆགས་  
 ཡོད་པ་ནི་ལྷས་དང་ངག་གི་འཇུག་པ་རྣམ་པ་དེ་ལྟ་བུའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་  
 ཏེ། མ་རིག་པ་དང་འདྲོད་ཆགས་ལ་སོགས་པའི་བག་ཆགས་དེ་ཡང་  
 རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་དང་སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ལ་སྟོག་པར་  
 འགྱུར་གྱི་གཞན་དག་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་པའི་

བག་ཆགས་ལྷག་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་དང་། བག་ཆགས་ཀྱི་མཚམས་  
 སྒྱུར་བའི་ཉེན་མོངས་པ་སྤངས་པ་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཁྱེན་  
 པ་གང་ཞིག་ཐམས་ཅད་དུ་ཐོགས་པ་མེད་པ་མི་མངའ་བ་དེ་ནི་ཟག་  
 པ་ཟད་པ་མཁྱེན་པའི་སྟོབས་སུ་རྣམ་པར་གཞག་སྟེ།

རི་སྐད་དུ། རིགས་ཀྱི་བྱ་གཞན་ཡང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཟག་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཟད་པས་བདག་གི་སྐྱེ་བ་ནི་ཟད། ཚངས་པར་སྦྱོང་  
 པ་ནི་བསྟེན། བྱ་བ་ནི་བྱས་ཏེ་འདི་ལས་སྤྱིད་པ་གཞན་མི་ཤེས་སོ་  
 ཞེས་ཏེ། ཟག་པ་མེད་པ་སེམས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ཤེས་རབ་རྣམ་པར་  
 གྲོལ་བ་རང་གི་མངོན་པར་ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དུ་བྱས་ནས་དེ་ཉི་  
 བར་བསྐྱབས་ཏེ་གནས་སོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཟག་པ་ཟད་པ་  
 ཤེས་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་དག་པ་དྲི་མ་མེད་པ་ཡོངས་སུ་དག་པ་འོད་  
 གསལ་བ་བག་ཆགས་ཀྱི་མཚམས་སྒྱུར་བ་ཐམས་ཅད་ཡང་ཡང་དག་  
 པར་བཅོམ་པའོ། །ཉན་ཐོས་རྣམས་ཀྱི་ཟག་པ་ཟད་པ་ནི་ཚད་ཡོད་  
 བག་ཆགས་ཡང་དག་པར་མ་བཅོམ་པའོ། །རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
 ཟག་པ་ཟད་པ་ནི་ཚད་ཡོད་པ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྲལ་བ་སྟོབས་  
 པ་དང་བྲལ་པའོ། །དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཟག་པ་ཟད་པ་ནི་རྣམ་  
 པའི་མཚོག་ཐམས་ཅད་དང་ལྷན་པ་བག་ཆགས་ཀྱི་མཚམས་སྒྱུར་  
 བ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་བཅོམ་པ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཀྱན་དུ་  
 བཟུང་བ་མི་འཇིགས་པ་དང་སྟོབས་པ་དང་མ་བྲལ་བ། འཇིག་རྟེན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བེལ་གྱིས་མི་གཞོན་པ་སྟེ་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་གཅིག་

དང་ལྟན་པའོ།

དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ལས་ཀྱི་བག་ཆགས་  
མེད། ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་མེད། སྦྱོང་ལམ་འབྲུལ་བའི་བག་  
ཆགས་མེད་དོ། །འདི་ལྟ་སྟེ། དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་རང་བཞིན་གྱིས་  
ཡོངས་སུ་དག་པས་རྒྱལ་དང་རྩ་བ་དང་ལྟན་ཅིག་མི་གནས་པ་དེ་  
བཞིན་རུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཟག་པ་ཟད་པ་ཤེས་པ་ཡང་ལས་  
དང་ཉོན་མོངས་པའི་བག་ཆགས་ཐམས་ཅད་དང་ལྟན་ཅིག་མི་  
གནས་པའོ། །དེ་ཟག་པ་ཟད་པ་དེ་ལྟ་བུ་ལ་རབ་རྩ་གནས་མ་ཐག་རྩ་  
ཟག་པ་དང་བཅས་པ་ཉེ་བར་ལེན་པ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཅན་  
རྣམས་ལ་ཟག་པ་ཟད་པར་བྱ་བ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་སྤང་བའི་ཕྱིར་  
ཆོས་སྟོན་རྟོ། །ཀྱི་མ་སེམས་ཅན་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པ་ཡོངས་སུ་  
རྟོག་པ་ལས་བྱུང་བ་དག་བྲིད་ཟག་པ་དང་ཉེ་བར་ལེན་པ་དེ་དག་ལ་  
ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རྩ་སོ་སོར་རྟོགས་ཤིག་ཅེས་དེ་དག་ལ་དེ་  
བཞིན་གཤེགས་པས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཟག་པ་རྣམས་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
པར་ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་རབ་རྩ་ཤེས་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
རབ་རྩ་ཤེས་ནས་ཆོས་གང་ཡང་ཉེ་བར་མི་ལེན་པས་ཡོངས་སུ་ཐུ་  
ངན་ལས་འདའ་བར་འགྱུར་བ་དེ་ལྟ་དེ་ལྟར་ཉེ་བར་བཀོད་པའི་དཔེ་  
རྣམས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་རྟོ། །རིགས་ཀྱིས་བྱ་འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ལས་བརྒྱུ་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུའོ།

དེ་ལྟར་གང་དག་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་རྩ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཉིད་

ལས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་  
 མངའ་བ། དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་དང་ལྡན་པ།  
 ཆོས་ཀྱི་སྦྱོང་དང་ཐ་མི་དད་པར་བཞུགས་པ། ཡོན་ཏན་རྒྱས་པ་རེ་རེ་  
 ཞིང་དཔེ་ནམ་མཁའ་གཅིག་སྤུས་ཉེ་བར་གཞལ་བ་མངའ་བ་རྣམས།  
 འགྲོ་བ་འདོད་པ་དང་སྤྲོད་པ་དང་ལྟ་བ་དང་། མ་རིག་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 རྩ་བོ་ཆེན་པོ་བཞིའི་ནང་དུ་རྩད་པ་མགོན་མེད་པའི་མགོན་དུ་གྱུར་  
 པ་སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་སྟོབས་བརྩུ་བོ་འདི་དག་  
 བློ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཀྱན་དུ་འོད་དུ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོངས་སུ་  
 དག་པར་འགྱུར་རོ། རྒྱ་བསྐྱེད་པས་མཆོག་གོ།

གཉིས་པ་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་གྱིས་བསམ་གྱིས་མི་  
 བྱབ་པ་ལ། ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་སངས་རྒྱས་ལས་གཞན་པའི་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་  
 སྦྱོང་ཡུལ་མ་ཡིན་པར་བཤད། དེས་ན་གྱིས་པའི་སྦྱོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ཀྱང་སྦྱོབ་དཔོན་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

སངས་རྒྱས་བཙུང་ལྡན་འདས་རྣམས་ཀྱི་གཟུགས་ཀྱི་སྦྱུང་བ་སྦྱུང་  
 བྱ་ག་རེ་རེ་དང་། སྦྱོང་བྱ་ཆེན་པོའི་མཆོན་དང་། དཔེ་བྱ་དང་།  
 སྟོབས་དང་། མི་འཛིགས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་མ་འདྲེས་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ཡོན་ཏན་ཀྱི་བྱ་དང་པོ་ཡོངས་སུ་གཙོད་པ་ནི་སངས་རྒྱས་ཁོ་  
 བས་སྦྱོང་ལ།

གལ་ཏེ་གསུངས་ན་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པས་  
 བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པར་སྦྱ་ཆེའི་ཆད་བྱིན་

གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་སྤྱོད་ལས་གཞན་མི་མངའ་བར་སྐྱོན་པ་སྐྱོན་པར་  
གསུངས་པ་དེ་ལྟ་ན་ཡང་ཡོན་ཏན་དག་ཡོངས་སུ་ཚྛགས་པར་མི་  
འགྱུར་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་ལྟ་ཅི་སྟོས་ཏེ་རང་སངས་རྒྱས་དང་  
ཉན་ཐོས་རྣམས་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐར་སྐྱོན་པར་ཤེས་  
པའམ་བརྗོད་པར་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་སྟོས་ཀྱང་ཅི་དགོས། དོན་  
འདི་ཉིད་དཔེའི་སྟོན་སྐབས་བཤད་པ།

ནམ་མཁའ་མེད་པས་འདབ་ཆགས་ཚྛག་པར་མི་འགྱུར་གྱི། །

འདིར་ནི་རང་མཐུ་ཟད་པས་ཚྛག་པར་འགྱུར་དེ་བཞིན། །

སྟོབ་མ་དང་བཅས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྣམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི། །

ཡོན་ཏན་མཁའ་ལྟར་མཐའ་ཡས་མ་བརྗོད་ཚྛག་པར་འགྱུར། །༧

འདི་ལྟར་ནམ་མཁའ་ལྡིང་འདབ་གཤོག་ཡངས་པའི་རྒྱང་གི་  
ཤྱགས་གྱིས་ཕ་རོལ་གཞོན་པ་ཐོབ་པ་ཡང་ནམ་མཁའ་ཡོངས་སུ་ཟད་  
པས་ནམ་མཁའ་ལ་ཚྛག་པ་མ་ཡིན་གྱི་འོན་ཀྱང་རང་གི་སྟོབས་དང་  
ཕ་རོལ་གཞོན་པ་དང་བྲལ་བས་ཡིན་པ་དེ་བཞིན་དུ། རེ་ཞིག་བྱང་  
ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་དག་ས་བརྩ་པ་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པ་རྣམ་  
པར་ཐར་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་བརྟེས་པ་དེ་དག་ཀྱང་། དེ་བཞིན་  
གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པར་མི་རྒྱས་པས་ཡོན་ཏན་ནམ་  
མཁའ་ལྟར་ལྟ་མཐའ་མེད་པ་དག་ལ་ཚྛག་གི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་  
ཚྛགས་པས་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་སྟོབས་སྟོབས་ཡོངས་སུ་ཉམས་པས་  
ཚྛག་པར་གནས་ན། རང་སངས་རྒྱས་སམ་ཉན་ཐོས་རྣམས་གྱིས་ཡོན་

ཏན་མཐར་ཐུག་པ་རྟོགས་པར་འགྱུར་བ་ལྟ་ཅི་སྟོན།

གཉིས་པ་དེས་ན་བྱིས་པའི་སྟོང་ཡུལ་མ་ཡིན་ཀྱང་སྟོབ་དཔོན་ལ་བརྟེན་ནས་  
ཅུང་ཟད་བརྗོད་པ་ནི།

གང་གི་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོངས་སུ་ཤེས་པའམ་བརྗོད་  
པ་ལ་དེ་དག་གི་ལོ་རབས་འདི་ཡིན་པ་དེའི་ཕྱིར་ཁོ་བོ་ཅག་ལྟ་བུ་མ་  
རིག་པའི་རབ་རིབ་ཀྱིས་སྡོངས་པ། ཡང་དག་པ་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་ཤིན་  
ཏུ་སྒྲིག་ཏུ་གྱུར་པ་ནམས་ལ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་  
པར་བྱ་བ་ལ་གོ་སྐབས་ཡོད་པར་ག་ལ་འགྱུར་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་འདི་ནི་  
གནས་མ་ཡིན་པ་ཁོ་ཀློང་ཞེས་བཤད་པ།

དེའི་ཕྱིར་བདག་འདྲས་སྟོང་ཡོན་འདི་དག་ཅི། །

ཤེས་པ་དང་ནི་བརྗོད་པར་རྒྱས་འགྱུར་རམ། །

འོན་ཀྱང་དེ་དག་འཕགས་པ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས། །

བཤད་ཕྱིར་དོགས་སྐྱངས་ཅུང་ཟད་ཙམ་ཞིག་སྟོན། །༡༡

དེ་ལྟར་བདག་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཤས་ཙམ་  
ཞིག་ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་ཡང་མེད་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་ན་ཡང་བདག་གིས་  
ཆོམ་ཆོམ་མེད་པར་ཡོན་ཏན་སྟོགས་གཅིག་གི་ཆ་ཙམ་ཞིག་སྐྱངས་པ་  
ནི་གཞན་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིན་ནོ། །དེ་ཉིད་སྟོན་པ་ནི། འཕགས་པ་ལྷ་  
སྐྱབ་ཀྱིས་བཤད་ཕྱིར་ཞེས་བྱའོ། །

གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་གཉིས་སུ་བསྟུ་བ་ནི།

མདོར་བསྟུ་ན་བསྟུ་ན་བཅོས་འདི་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་

ཟབ་པ་སྟེ་ཆོས་ཉིད་དང་རྒྱ་ཆེ་བ་ཉི་པར་བསྟན་ཏོ། དེ་ལ།

ཟབ་མོ་སྟོང་ལ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། །

ཡོན་ཏན་གཞན་ནམས་རྒྱ་ཆེ་བའོ། །

ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེ་འི་སྒྲུལ་ཤེས་བས། །

ཡོན་ཏན་འདི་དག་ཐོབ་པར་འགྱུར། །༡༩

གསུམ་པ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་བཤད་པ་ནི།

ད་ནི་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་དང་སངས་  
རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ཐུན་མོང་བ་  
དང་ཐབས་ཐུན་མོང་བ་འབྱུང་བ་སོ་སོའི་སྒྲེ་བོ་ནམས་ཀྱི་དོན་ཡང་  
ཅི་རིགས་པར་འབྱུང་ལ། བདེ་འཁྲོ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ་གྱུར་  
པ་ཐུན་གྱིས་གྲུབ་པར་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
བཤད་པ།

སྐར་ཡང་མི་གཡོའི་སྒྲུ་མངའ་བྱོད་ཀྱིས་སྟོན་གསུམ་བྱོན་ནས་སྒྲུལ་ནམས་ཀྱིས། །  
གཤེགས་ལ་དང་ནི་བརྟམས་དང་བྱང་ཆུབ་ཞི་བའི་འཁོར་ལོ་འབྲེལ་བར་མཛད། །  
དེ་ལྟར་བྱོད་ཀྱིས་འདི་ག་ཉིན་གཡོ་བཀ་སྟོན་ཅན་རེ་བའི་ཞགས་ལ་ནི། །  
མང་ལོས་བཅིངས་ལ་ཨ་ཤུས་བྱགས་རྗེས་བྱ་དན་འདས་པར་བགྱི་བར་མཛད། །༢༠

བཙུམ་ལྟན་འདས་ནི་ཁམས་གསུམ་ལས་འདས་སུ་ཟིན་ཀྱང་སྒྲུལ་  
པའི་སྒྲུ་ནམས་ཀྱིས་ཡབ་དང་ཡུམ་དང་སྲས་ལ་སོགས་པ་དང་འབྲེལ་  
པར་སྟོན་ཞིང་འཇིག་རྟེན་དང་རྗེས་སུ་བསྟན་ཏེ། ཁམས་གསུམ་དུ་  
གཤེགས་ནས་ངེ་ལྟར་འཆོམ་པའི་ཆོས་བསྟན་པ་འཇུག་པའི་སྟོན་ནས་

སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་དང་སྤྱོད་པ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་ཅན་ལྟ་བུ་དན་ལས་  
འདས་པ་ལ་འགོད་པར་མཛད་དོ། །ཐུགས་རྗེས་ཏི་གྲགས་པ་དང་  
ཕན་ལན་ལ་སོགས་པ་བཞིད་པས་ནི་མ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་པ་བྱང་ཆུབ་གཅིག་ལ་གསུམ་ཏུ་བསྟན་པ་དགོངས་པ་ཅན་ཏུ་བསྟན་པ་ལ།  
ཐེག་པ་གཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་ངེས་དོན་ཏུ་བསྟན། གསུམ་ཏུ་བསྟན་པ་དང་དོན་ཏུ་  
བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྤྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
བྱས་ནས་ཐེག་པ་གཅིག་ལ་ཐེག་པ་གསུམ་བསྟན་པ་དགོངས་པ་ཅན་  
ཉིད་ཏུ་བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་འདི་ནི་དེ་ཉིད་ཤེས་ལས་ཀྱི་མ་མཐའ་དག་སེལ་བ་ནི། །

རྒྱར་བྱེད་གཞན་མེད་ཚོས་རྣམས་དེ་ཉིད་རྣམ་འགྱུར་དབྱེ་བ་འདབ་བསྟན་མིན་ཞིང་། །

དེ་ཉིད་ཡུལ་ཅན་སྒོ་སྒོས་འདི་ཡང་ཐ་དད་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ། །

དེ་ཡི་ཕྱིར་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་འགྲོ་ལ་ཐེག་པ་མི་མཉམ་དབྱེར་མེད་བསྟན། །༡༥

གང་ཞིག་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མི་ཤེས་པ་ངེས་ནི་ཉོན་མོངས་པ་རྣམས་  
མ་ལུས་པར་སྤང་བར་མི་རྣམས་ལ་དངོས་པོ་མ་ལུས་པ་ལ་ཡོད་པའི་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་རང་བཞིན་ཅན་ཡང་ཐ་དད་པ་མེད་པར་  
སྤར་བསྟན་ཟིན་ཏོ། །མཐོང་བ་ཐ་དད་ཀྱང་དེ་ལ་དབྱེ་བ་མེད་པས་དེ་  
ཁོ་ན་ཉིད་འདི་རྣམ་པར་མི་འགྱུར་བ་ཉིད་ཡིན་ལ། གང་གི་ཕྱིར་དབྱེ་  
བ་དང་རྣམ་པར་འགྱུར་བ་ཉིད་མེད་པ་དེའི་ཕྱིར་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཀྱི་  
ཡུལ་ཅན་ཡེ་ཤེས་ཀྱང་རང་བཞིན་གཅིག་ཡིན་ནོ། །



འདི་ལྟར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་མ་ཉིད་ཡིན་ན་ནི་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱིས་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་རྟོགས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ།      རང་བཞིན་རི་ལྟར་  
 གནས་པ་བཞིན་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་རོ།      །གང་གི་ཕྱིར་དེ་ལྟར་དེ་ཁོ་  
 ན་ཉིད་གཅིག་ཉིད་ཡིན་པས།      དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡུལ་ཅན་ཡེ་ཤེས་ཐ་མི་  
 དང་པ་དེའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་གཅིག་ཁོ་ན་བས་ཐེག་པ་གསུམ་ཡོད་པ་མ་  
 ཡིན་ཏེ།      འོད་སྤངས་ཆོས་ཐམས་ཅད་མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རྟོགས་ན་མུ་  
 ངན་ལས་འདས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་གཅིག་ཉིད་ཡིན་གྱི་གཉིས་དང་  
 གསུམ་ནི་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་རོ།      །ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་  
 བ་ལ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟར་འདས་རྣམས་ཏེ།  
 མ་རིག་པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པས་སྦྱིབ་པ་དང་བྲལ་བའི་ཡེ་ཤེས་མངའ་  
 བའི་ཕྱིར་རོ།      །དེ་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟེ།      བྲེ་ཁྱོད་ར་ལ་  
 སྟགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཡི་གེ་ཏ་ཨ་ཉིད་དུ་འགྱུར་རོ།      །ཡང་ན་ཐེག་པ་  
 ཡང་དེ་ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྟེ།      སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་མངའ་བ་རྣམས་དེ་ལ་བཞུགས་པའི་  
 ཕྱིར་རམ།      དངོས་པོའི་རབ་དུ་དབྱེ་བ་མཐའ་ཡས་པའི་ཡུལ་ཅན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་རམ་མི་ཤེས་པ་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་ན།      ཐེག་པ་ཡང་  
 དེ་ཡིན་ལ་ཆེན་པོ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འོ།      །

གཉིས་པ་གསུམ་དུ་བསྟན་པ་དང་དོན་དུ་བསྟན་པ་ལ།      མཐར་ཐུག་ཐེག་པ་  
 གསུམ་དུ་གསུངས་པ་དགོངས་པ་ཅན་དུ་བཤད་པ་དང་།      དོན་དེ་ཉིད་དཔེའི་སྟོན་ས་  
 གསལ་བར་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི།      དང་པོ་ནི།

གལ་ཏེ་མུ་དན་ལས་འདས་པ་གཅིག་ཁོ་ན་ཡིན་ན་རི་ལྷན་ཉན་  
 མོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པས་ཀྱང་ཡོངས་སུ་མུ་དན་ལས་  
 འདའ་བར་བསྟན་ཞིན། བསྟན་པ་འདི་དགོངས་པ་ཅན་ཉིད་དུ་  
 བཤད་པ།

གང་ཕྱིར་འགྲོ་ལ་ཉེས་བ་ལྷོད་བྱེད་སྟོགས་མ་འདི་དག་ཡོད་གྱུར་པ། །  
 དེ་ཕྱིར་འདི་གཉིས་སངས་རྒྱས་སྟོད་ལྱལ་གཏིང་ཟབ་ལ་འཇུག་མི་འགྱུར་ཞིང་། །  
 བདེ་གསེགས་གང་ཕྱིར་བྱོད་ལ་མཐུན་རབ་ཐུགས་རྗེའི་ཐབས་དང་ལྷན་ཅིག་པ། །  
 མངའ་དང་གང་ཕྱིར་བདག་གི་སེམས་ཅན་འགྲོ་ལ་ཉེས་བྱོད་ཀྱིས་ཞལ་  
 བཞེས་ཏེ། ༥༤

ལུས་དང་སེམས་དག་ལས་སུ་མི་རུང་བ་ཉིད་སྐྱབ་པར་བྱེད་པས་  
 བསྟན་པ་ལྷན་པ་ལྷན་ཏེ། སེམས་ཅན་དང་། བསྐྱལ་པ་དང་། ཉན་  
 མོངས་པ་དང་། ལྷ་བ་དང་། ཆེའི་སྟོགས་མ་རྣམས་སོ། གང་གི་ཕྱིར་  
 ཉན་མོངས་པ་རྣམས་འཇུག་པ་ཤས་ཆེ་བའི་རྒྱར་གྱུར་པ་དེ་དག་ནི་  
 ལྷག་པར་མོས་པ་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲ་ན་མེད་པ་ལ་འདོད་པ་  
 ཡང་འགོག་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཟབ་  
 པས་གཏིང་དཔག་དཀའ་བ་ལ་འཛིག་རྟེན་འཇུག་པར་མི་འགྱུར་ལ།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱང་འགྲོ་བ་རྣམས་སྟོད་མ་ཡིན་པ་འདི་ཙམ་  
 ཀྱིས་དེ་དག་རྣམ་པར་དགོལ་བར་བྱ་བ་ལ་གཡེལ་བ་བསྟན་པར་མི་  
 མཛད་དེ། གང་གི་ཕྱིར་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་མཐུན་རབ་ཐུགས་རྗེའི་

ཐབས་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་མངའ་བ་དང་། གང་གི་ཕྱིར་བདག་གིས་སེམས་ཅན་རྣམས་དགོལ་བར་བྱའོ་ཞེས་བཅའ་ལྷན་འདས་གྱིས་སྐར་སྟོན་ལམ་སྟེལ་བ་དེའི་ཕྱིར་དེ་དག་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་ལ་སྟོམ་ལས་ལ་བརྟེན་པར་མི་མཛད་ཅིང་དེའི་ཕྱིར་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ཐབས་ཚོལ་བར་མཛད་དེ་ཞལ་གྱིས་འཆེས་པ་རྣམ་པར་གཞན་གྱི་སྟོན་གས་གདོན་མི་བྱ་བར་བསྐྱབ་པར་བྱ་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གཉིས་པ་དོན་དེ་ཉིད་དཔེའི་སྟོན་གསལ་བར་བསྟན་པ་ནི།

གང་གི་ཕྱིར་འགྲོ་བ་རྣམས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པ་ལ་གེགས་བྱེད་པའི་རྒྱན་མང་པོ་འདི་དག་ཡོད་ཅིང་འདིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱང་གདོན་མི་བྱ་བར་བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ལ་འགོད་པར་བྱ་དགོས་པ། དེ་ཕྱིར་མཁས་པས་རིན་པོ་ཆེ་ཡི་སྤྱིང་དུ་ཆས་བཞི་སྟེ་ཚྭ་གས་ཀྱི།

བལ་བ་ཉེར་སེལ་གྱོང་བྱིང་ཡིད་ཡོང་བར་དུ་རྣམ་པར་བཀོད་པ་ལྟར།

ཁྱོད་ཀྱི་ཐེག་པ་འདི་ནི་སྟོན་མ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་རྒྱལ་ལ་ཡིད།

ལྟར་ཞིང་རྣམ་པར་དབེན་ལ་འང་སྟོ་སྐྱབས་རྣམས་ལ་ཡོགས་སུ་གསུངས། ༥

དཔེ་འདི་ནི་འཕགས་པ་དམ་པའི་ཚོས་པར་དཀར་པོ་ལས་ངེས་པར་བྱའོ།

བསྐྱུས་པའི་དོན་ནི་འདི་ཡིན་ཏེ། ཇི་ལྟར་བསྟེ་བའི་ཕྱིར་དེད་དཔོན་ངེས་རིན་པོ་ཆེའི་སྤྱིང་དུ་མ་ཕྱིན་པའི་བར་དུ་གྲོང་བྱིང་མངོན་པར་སྟེལ་བ་དེ་བཞིན་དུ། བཅའ་ལྷན་འདས་གྱིས་ཀྱང་ཐབས་ཀྱི་སྟོན་གས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་རྩ་རྣམས་ཏུ་དེ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་གྱུར་ཞིང་ནི་

བའི་འདི་བའི་ཉེན་རྟུ་ཡུར་པ་ཐེག་པ་གཉིས་པོ་ཉན་ཐོས་དང་རང་  
སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུངས་པ་ཡིན་ནོ། །

དེ་ལ་འཁོར་བའི་ཉེན་མོངས་པ་སྤངས་པ་ཐོབ་པ་རྣམས་ལ་ནི་  
སྤྱི་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཁོ་ན་ཉེ་བར་བསྟན་ལ། དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
སངས་རྒྱས་རྣམས་ལྟར་ཆོགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱས་ནས་གདོན་  
མི་བྱ་བར་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོབ་པར་བྱ་དགོས་སོ།  
ཐེག་པ་གཅིག་བསྟན་པ་འདི་ཡང་མདོ་ཀྱན་ལས་བདུས་པ་ལ་སོགས་  
པ་དག་ལས་ངེས་པར་བྱའོ། །

ལྷ་པ་བྱང་ཆུབ་པ་དང་བཞུགས་པའི་རུས་བསྟན་པ་ལ། མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་  
པའི་རུས་དང་། བཞུགས་པའི་རུས་བསྟན་པ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི།

ད་ནི་བཙུམ་ལྷན་འདས་མདོན་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རུས་དང་།  
བཞུགས་པའི་རུས་ཀྱི་དབང་རྟུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

བདེ་བར་གཤེགས་ལ་མ་ལྟས་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤིང་སངས་རྒྱས་ལྟལ་དག་ན། །

ལྷ་རབ་རྒྱལ་གྱི་རྒྱལ་རྣམས་བདོག་པར་གྱུར་པ་དེ་ལྟར་པ། །

བྱང་ཆུབ་མཆོག་རབ་དམ་པར་གཤེགས་པའི་སྐལ་བ་དེ་ལྟར་དེ། །

འོན་ཀྱང་བྱོད་ཀྱི་གསང་བ་འདི་ནི་བསྟན་བཤུ་མ་ཡགས་སོ། ། ༡༩

སངས་རྒྱས་བཙུམ་ལྷན་འདས་རྣམས་ནི་སྤྱལ་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་ནས་  
བསྟན་པ་དང་ལྷ་རབ་ལས་འདའ་བ་ཉེ་བར་སྟོན་མོད་ཀྱི། བཙུམ་  
ལྷན་འདས་སྤྱལ་པའི་སྤྱི་འབྱུང་བའི་རྒྱ་གང་ཡིན་པ་དེའི་མདོན་པར་  
རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་རུས་ཇི་ཅམ་ཡིན་པ་དེའི་ཆད་བརྗོད་

པར་བྱ་སྟེ། བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་  
 པའི་སྐུ་ལ་བ་དག་ནི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་རི་སྟེང་པ་དེ་ན་རྩལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་རྩལ་དག་  
 རི་སྟེང་ཡོད་པ་དེ་སྟེང་དོ། །འདི་ནི་སྟོན་དགེ་བའི་རྩ་བ་མ་བསགས་  
 པ་རྣམས་ཀྱིས་སྟག་པར་མོས་པར་བྱ་བར་དཀའ་བའི་སྤྱིར་ན་བསྟན་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། འགའ་ཞིག་ཏུ་དེ་ལ་སྟག་པར་མོས་པར་བྱེད་པ་  
 རྣམས་ལ་བསོད་ནམས་གཞལ་དུ་མེད་པ་བསགས་པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་  
 བཤད་དོ། །

གཉིས་པ་བཞུགས་པའི་དུས་བསྟན་པ་ལ། ཤེས་རབ་དང་སྤྱགས་རྗེས་འཁོར་བ་  
 རི་སྟེང་བར་བཞུགས་པར་བསྟན། སྤྱགས་རྗེས་རང་བཞིན་སུན་སུམ་ཚོགས་པས་མུ་  
 ངན་ལས་མི་འདའ་བ་དང་། འཛིན་ཏེན་མཐའ་དག་སྤྱགས་རྗེས་ཡུལ་ཡིན་པས་མུ་  
 ངན་ལས་མི་འདའ་བ་གསུམ་གྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་ལྟར་རེ་ཞིག་མངོན་པར་རྫོགས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་དུས་བརྗོད་  
 བས། དེའི་འོག་ཏུ་བཞུགས་པའི་དུས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པ།

རྒྱལ་བ་དེ་སྟེང་འཛིན་ཏེན་མཐའ་དག་མཚོག་ཏུ་རབ་ཞི་བར། །

འགྲོ་བ་མིན་ཞིང་ནམ་མཁའ་རྣམས་འཛིན་འགྱུར་མིན་དེ་སྟེང་བྱ། །

ཤེས་རབ་ཡུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པ་དེ་ལ་སྤྱགས་བསྐྱེ་མ་མ་ཡི། །

རྒྱལ་ཡུགས་བྱེད་པས་རབ་ཏུ་ཞི་བར་འགྱུར་བ་གལ་མཐའ། །༡༩

བཙུག་ལྷན་འདས་ནི་ཡུམ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་སྤྱིན་མས་  
 བསྟན་ནས་སྟེང་རྗེ་མ་མ་ལ་གཏད་པས་བཙུག་ལྷན་འདས་ཀྱི་མ་

འངས་པའི་སྐྱ་ཆེའི་ཆད་ནི་ཇི་སྲིད་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་སངས་  
 རྒྱས་ཉིད་རུ་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པ་དང་། ཇི་སྲིད་ནམ་མཁའ་བརྒྱག་  
 པར་མི་འགྱུར་བ་དེ་སྲིད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཐུགས་རྗེའི་རང་བཞིན་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པས་སྤྱ་རན་ལས་མི་འང་  
 བ་ནི།

གང་གིས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་  
 སྲིར་རུས་ལུ་མཐར་མེད་པར་འདི་དག་གསོ་བར་བྱེད་པ་སངས་རྒྱས་  
 རྒྱུས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་ཅི་འདྲ་བ་ཞིག་ཅེ་ན། བཤད་པ།

གཉི་ཕྱག་སྦྱོན་གྱིས་འཇིག་རྟེན་ཁ་བས་རྒྱག་བཅས་བ་བ་ཡི། །

སྐྱེ་ལོ་ཉིད་ཀྱི་ནང་མི་དེ་ལ་སྦྱོད་བརྩེ་ནི་ལྟ་བ། །

དེ་ལྟར་རྒྱག་ཟོས་ཉིན་ལ་འི་བྱ་ལ་མ་ཡིས་སྤྱག་བསྐྱལ་མིན། །

དེས་ན་མགོན་པོ་མཆོག་རྒྱ་རབ་ཞིར་གསལ་གསུངས་པར་འགྱུར་མ་ཡགས། ༥༠

འཇིག་རྟེན་ཁ་བས་ཀྱི་སྐྱས་ནི་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྷ་བརྗོད་  
 དོ། །དེ་དག་གྲང་འདི་ཉིད་རུ་མངོན་པར་ཞེན་པས་ཟོས་ན་རུག་དང་  
 བཅས་པར་འགྱུར་ཏེ། རྒྱག་བསྐྱལ་རྒྱ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་སྲིར་རོ། །  
 དེ་དག་ལ་འདི་ཉིད་རུ་བདེན་པར་མངོན་པར་ཞེན་པ་ཡང་གཉི་  
 རུག་གི་སྦྱོན་ལས་སྐྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལ་ཇི་ལྟར་བཅོམ་སྤྱན་འངས་ལ་སྐྱེ་བ་འཁོར་བ་པ་འཇིག་རྟེན་  
 ཀྱི་ཁ་བས་རུག་དང་བཅས་པ་བ་བ་ལ་བརྩེ་བ་འབྱུངས་པ་དེ་ལྟར་མ་  
 ལ་བྱ་གཅིག་པ་ཐངས་པ་དེ་ལས་གཞན་པའི་རུག་དང་འབྲེས་པའི་ཁ་

ཟས་ཟ་བ་ལ་གདུང་བ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། དེའི་སྤྱིར་སྤྱིང་རྗེས་བཅས་པ་  
ཡོངས་སུ་སྤྱ་རན་ལས་འདའ་བ་གོ་ག་ལ་མངའ། །

གསུམ་པ་འཇིག་རྟེན་མཐའ་དག་སྤྱགས་རྗེའི་ཡུལ་ཡིན་པའི་སྤྱ་རན་ལས་མི་  
འདའ་བ་ནི།

སྤྱགས་རྗེས་སྤྱ་རན་ལས་འདའ་བའི་སྤྱགས་ལས་བརྒྱུག་པའི་སྤྱིར་  
ན། བཅོམ་ལྷན་འདས་འཇིག་རྟེན་སྤྱག་བསྐལ་རྣམ་པ་སྣ་ཚོགས་  
ཉམས་སུ་འབབ་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་རྗེས་སུ་གཟིགས་པ་ལ་ཡོངས་  
སུ་སྤྱ་རན་ལས་འདའ་བ་མི་མངའ་འོ་ཞེས་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བཤད་པ།

གང་གི་སྤྱིར་ན་མི་མཁས་དངོས་དང་དངོས་པོ་མེད་པར་ཞེན་པའི་སློ་ཅན་གྱིས། །

སྤྱེ་དང་འདྲིག་གནས་སྐབས་དང་སྤྱག་དང་མི་སྤྱག་བལ་ཕྱད་གྱིས་བསྤྱེད་  
སྤྱག་བསྐལ་དང་། །

ཞིག་ཅན་འགྲོ་བ་ཚོ་བ་པ་དེ་སྤྱིར་འདྲིག་རྟེན་སྤྱགས་བཅེའི་ཡུལ་རྒྱ་རབ་  
དོང་བས། །

བཅོམ་ལྷན་སྤྱགས་རྗེས་སྤྱོད་སྤྱགས་ཞི་ལས་བརྒྱུག་པས་སྤྱོད་ལ་སྤྱ་རན་  
འདས་མི་མངའ། །༥༡

དེ་ལ་གང་གི་སྤྱིར་མི་མཁས་པ་དངོས་པོ་ལ་མངོན་པར་ཞེན་པའི་  
སློ་ཅན་ལས་དང་འབྲས་བྱ་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཡོད་པས་སྤྱ་དང་མི་དག་  
རྒྱ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་སྤྱ་བ་པས་ནི་སྐྱེ་བ་དང་འཆི་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ངེས་  
པར་ཐོབ་ཅིང་། ཡུལ་སྤྱག་པ་དང་བལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་ཡུལ་མི་  
སྤྱག་པ་དང་ཕྱད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཡང་ཁྱེད་བར་འགྱུར་རོ། །དངོས་

པོ་མེད་པར་མངོན་པར་ཞེན་པའི་སྒོ་ཅན་ལོག་པར་ལྟ་བ་དང་ལྷན་  
 པས་ནི་སྒྲིག་ཏུ་ཅན་གྱི་འགྲོ་བ་དམུལ་བ་ལ་སོགས་པ་དག་དང་།  
 གོང་ཏུ་བཤད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་ཡང་འཐོབ་པ་དེའི་སྤྱིར་སངས་རྒྱས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུགས་ཇེ་ནི་སྒྲུ་བོ་སྤྱག་བསྐལ་བ་ལ་དམིགས་  
 བྱས་བྱུགས་མུ་ངན་འདས་པ་ལས་བརྒྱུག་སྟེ་གནས་སོ། །



གསུམ་པ་བརྒྱུ་མཁས་པ་ཡོངས་སྤྱོད་གསུང་པའི་བྱ་བ་ལ། ལྷུང་རིགས་མན་ངག་དང་  
ལྷན་པའི་བསྟན་བཅོས་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་། དགོས་པ་གཞན་གྱིས་  
སྤངས་པའི་ཟབ་མོའི་དོན་བསྟན་པའི་སྤྱིར་བརྒྱུ་མཁས་པ་དང་། བརྒྱུ་མཁས་པའི་དགེ་བ་  
གཞན་དོན་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོ་བ་དང་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི།

ཕྱགས་འདི་དགེ་སྤྱོད་ལྷ་གྲགས་གྱིས། །

དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ལས་བརྒྱུ་མཁས། །

ལྷུང་ནི་བཞིན་དང་མན་ངག་ནི། །

དེ་ལྟར་བཞིན་བརྒྱུ་མཁས་པ་ཡིན། །༥༡

འདི་ལས་གཞན་ན་ཆོས་འདི་ནི། །

དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །

འདིར་འབྱུང་ཕྱགས་ཀྱང་གཞན་ན་ནི། །

མེད་ཅེས་མཁས་ནམས་ངེས་ལར་མཛོད། །༥༢

དེ་ལྟར་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་མ་གཏོགས་པར་བསྟན་བཅོས་  
གཞན་ལས་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཅེས་བྱ་བའི་ཆོས་འདི་སྤྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་  
མི་བརྒྱུད་པ་དེ་བཞིན་དུ། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་འདིར་ལྷགས་གང་ཞིག་  
བཀྲལ་ལན་དང་བཅས་པར་བསྟན་པའི་ལྷགས་འདི་ནས་འབྱུང་བ་  
དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་ཉིད་ཀྱི་ཆོས་ལྟར་བསྟན་བཅོས་གཞན་ན་མེད་དོ་  
ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་གྱིས་ངེས་ལར་མཛོད་དུ་གསོལ་ལོ།

དེའི་སྤྱིར་ཁ་ཅིག་གིས་མདོ་སྤེལ་པ་རྣམས་ཀྱི་ལྷགས་གང་ཞིག་དོན་

དམ་པར་སྤྲོས་པ་དེ་ཉིད་དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་འདོད་  
 རོ་ཞེས་སྤྲོས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དབུ་མའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་གྱི་  
 དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མཛོད་པར་མི་ཤེས་པ་ཁོ་ནས་སྤྲོས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས་ཤེས་  
 པར་བྱའོ། །ཡང་གང་དག་གྱེ་བྱག་ཏུ་སྤྲོ་བ་རྣམས་ཀྱིས་གང་དོན་དམ་  
 པར་སྤྲོས་པ་དེ་དབུ་མ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱན་རྫོབ་ཏུ་ཡིན་ནོ་སྟུང་ཏུ་  
 སེམས་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཆོས་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་  
 ཆོས་དང་ཆོས་མཚུངས་པར་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ལྷགས་འདི་ནི་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་ནོ་ཞེས་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངེས་པར་བྱའོ། །

གཉིས་པ་དགོས་པ་གཞན་གྱིས་སྤངས་པའི་བྱ་མོའི་དོན་བསྟན་པའི་ཕྱིར་  
 བཅུམས་པ་ལ། དངོས་དང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་ཞིང་དབུ་མའི་ལམ་འབའ་ཞིག་ལ་  
 དགའ་བར་རིགས་པ་གཉིས་ཀྱི། དང་པོ་ནི།

དེ་ཉིད་ཀྱི་ཕྱིར་སློབ་དཔོན་གྱི་ལྷགས་དགོངས་མི་ཤེས་ཤིང་དོན་  
 ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ངེས་པར་བྱེད་པ་མེད་པར་ཡི་གེ་ཅུ་མ་ངེས་པས་  
 འཇིགས་པར་འགྱུར་བ་རྣམས་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཆོས་  
 འདི་ཡོངས་སུ་སྤངས་པའི་དེའི་ཕྱིར་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་དོན་གྱི་དེ་ཁོ་ན་  
 ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བསྟན་པར་བྱ་བའི་ཕྱིར། དབུ་མའི་བསྟན་  
 བཅོས་ལ་འཇུག་པ་འདི་སྤྱར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་བཤད་པ།

ལྷ་སྤྱད་སློ་མཚོ་གིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་ཞི་ཁ་དོག་གིས་འཇིགས་པས། །  
 ལྷ་དོས་ལྷགས་བཟང་གང་དག་རྒྱང་རིང་སྤངས་པས་དེ་ཡི་ཆེན། །  
 ལེགས་བྱས་པའི་ཁ་འབྲས་ཀྱི་ལྷ་ཏུ་ཁ་བྱེ་བའི་རྒྱས། །

ད་ལྟ་ཟླ་བ་བྲག་ས་པ་རེ་ལྷན་ས་རབ་རྒྱ་སྒོར་བར་བྱེད། །༥༤

གལ་ཏེ་གནས་བརྟན་དབྱིག་གཉེན་དང་། རྩོགས་ཀྱི་སྤང་པོ་དང་།  
 ཆོས་སྒྱུང་ལ་སོགས་པ་བརྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་པོ་བྱོན་ཟིན་  
 པར་གྱུར་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཡི་གེ་ཙམ་ཐོས་པས་འཛིགས་ཏེ། ཉེན་  
 ཅིང་འབྲེལ་བར་འབྱུང་བའི་དོན་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པ་འདི་  
 ཡོངས་སུ་སྤངས་སམ་ཞེ་ན། དེ་སྐད་རུ་སྤྲོའོ། །

གཉིས་པ་དེའི་རྒྱ་མཚན་བརྟན་ཞིང་དབྱ་མའི་ལམ་འབའ་ཞིག་ལ་དགའ་བར་  
 རིགས་པ་ནི། ཡང་འདི་རི་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་ཞེ་ན། བཤད་པར་བྱ་སྟེ།  
 དེ་ཉིད་བཤད་ཟིན་ཟབ་མོ་འཛིགས་རྒྱུ་འདི་ནི་སྟོན་གོ་མས་ཉིད་ལས་  
 རྩེ་བོ་ཡིས། །  
 དེས་པར་རྟོགས་འབྱུར་འདི་ནི་གསལ་རྒྱ་ཆེ་ཡང་གཞན་གྱིས་བྱགས་སུ་རྒྱུད་  
 མི་འབྱུར། །

དེ་ཕྱིར་རྩེ་ལ་བྱགས་རང་སྒོས་རྒྱུར་བ་དེ་དག་མཐོང་ནས་བདག་རྒྱ་བརྗོད་པ་ཡི། །  
 གཞུང་བྱགས་རྣམས་ལྟར་གཞན་བྱགས་བཞེད་གཞུང་འདི་ལས་གཞན་ལ་  
 དགའ་སྟོ་དོར་བར་བྱ། །༥༥

རི་ལྟར་ལུ་སྟེགས་ཅན་སྟོན་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་  
 ལྷག་པར་མོས་པའི་བག་ཆགས་མ་གཞག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཁམས་གསུམ་  
 པོ་འདོད་པ་དང་། གཟུགས་དང་། གཟུགས་མེད་པའི་ཉོན་མོངས་པ་  
 སྤངས་ཤིང་གྲུབ་པའི་མཐའ་གཞན་ཉེ་བར་སྒྱུར་རུས་པར་མཐོང་རུ་  
 ཟིན་ཀྱང་གྲུབ་པའི་དབང་པོའི་དོན་དམ་པ་ཉེ་བར་སྟོན་པ་ལ་ལྷག་

པར་མོས་པར་མི་རུས་པ་དེ་བཞིན་རུ། དེ་དག་གིས་ཀྱང་མང་རུ་  
གསན་པ་རྣམས་པ་དེ་ལྟ་བུ་མངར་བྱིན་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ལྷག་པར་  
མོས་པའི་ས་བོན་དང་བྲལ་བས་སྟོང་པ་ཉིད་ཐུགས་སུ་ཆུད་པར་མི་  
སྟོང་དོ་ཞེས་བྱ་བར་ཤེས་པར་བྱའོ།

འདི་ལྟར་དེང་སང་ཉིད་ནའང་ཆོ་རབས་གཞན་རུ་སྟོང་པ་ཉིད་  
ལ་ལྷག་པར་མོས་པའི་བག་ཆགས་གཞན་པ་ཁ་ཅིག་གིས་སྐྱའི་སྟོབས་  
ཁོ་ན་ལས་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་རྟོགས་པར་སྒྲུང་ལ་སྐྱའི་སྟོབས་  
ཁོ་ན་ལས་སུ་སྟེགས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ལ་འདི་བདེན་པར་  
མཐོང་བ་རྣམས་པར་ཉམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་གཏིང་  
དཔོགས་པར་མཐོང་ངོ་།

དེའི་ཕྱིར་དབུ་མའི་གཞུང་ལུགས་ལས། གཞན་པའི་གཞུང་ལ་ཚུལ་  
ལུགས་རང་གི་སྟོས་སྐྱར་བ་དེ་དག་བལྟས་ནས་ཀྱང་བདག་གསལ་  
བར་བྱེད་པའི་གཞུང་ལུགས་རྣམས་ལ་བྱ་བ་ལྟར་དགའ་བའི་སྟོ་གྲོས་  
དོར་བར་བྱ་སྟེ། ལུགས་གཞན་པོ་རང་གི་སྟོས་སྐྱར་བ་ལ་ཡ་མཚན་  
པར་རྟོགས་པར་མི་བྱའོ། རང་གི་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ལ་ལྷག་པར་  
མོས་པ་ཁོ་ན་ལ་ཡ་མཚན་རྟོགས་པར་བྱའོ།

གསུམ་པ་བརྩམས་པའི་དགེ་བ་གཞན་དོན་རུ་བསྟོ་བ་ནི།

སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ལུགས་བཟངས་བསྟུང་ལས་བདག་གི་བསྟོད་ནམས་  
ཕྱོགས་ཀྱི་མཐར། །

བྱབ་ཅིང་ཡིད་མཁའ་ཉོན་མོངས་ཀྱིས་སྟོན་སྟོན་ཀའི་རྒྱ་སྐར་ལྟར་དཀར་བའོ། །

མེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་ལ་གདེངས་ཀྱི་ཞོར་བྱ་དང་འབྲེག་དང་ཞིག་ཐོབ་པ་དེས། །

འདིག་ཉེན་མ་ལྟས་དེ་ཉིད་ཉོགས་ནས་བྱུར་བྱ་བ་དེ་གཤེགས་སར་བསྐྱོད་ཤོག །༥

གསུམ་པ་བསྟན་བཅས་ཀྱི་མཛད་བྱང་དང་འཇུར་བྱང་སྟོས་པ་ནི།

དབུ་མ་ལ་འཇུག་པའི་བཤད་པ་བཅུ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཚུལ་  
གསལ་བར་བྱེད་པ། སྟོབ་དཔོན་ལྷ་བ་གྲགས་པ་ཐེག་པ་མཆོག་ལ་  
བྱགས་གཞིལ་བ། མི་འཕྲོགས་པའི་མཁྱེན་རབ་དང་བྱགས་རྩེ་མངའ་  
བ། རི་མོར་བྱིས་པའི་བ་རྩུས་མ་ལས་འོ་མ་བཞོས་པས་བདེན་པར་  
ཞེན་པ་བརློག་པར་མཛད་པས་སྐྱར་བ་རྩོགས་སོ། །

ཁྱུངས་ནམས་པལ་ཆེར་མདོ་བཞིན་བྱིས། བྱིན་ཆད་སྐད་གཉིས་  
འབྱུང་གིད་ན། །ཙ་འགྲེལ་སྒྲ་དོན་བཞིན་བསྐྱར་ལས། །གཟུ་བོར་བྱོས་  
ལ་དབྱེད་པར་གྱིས། །ཁ་ཆེའི་ཡུལ་གྱི་གྲོང་ཁྱིམ་དཔེ་མེད་གྱི་དབུས་རིན་  
ཆེན་སྒྲས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ། །ཁ་ཆེའི་རྒྱལ་པོ་དཔལ་འཕགས་  
པ་ལྟའི་སྐུ་རིང་ལ། རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཉི་ལ་ཀ་ཀ་ལ་ཤ་དང་། བོད་  
གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་པ་ཆབ་ཉི་མ་གྲགས་གྱིས་ཁ་ཆེའི་དཔེ་དང་མཐུན་པར་  
ལྟར་བསྐྱར། བྱིས་ར་ས་ར་མོ་ཆེར་རྒྱ་གར་གྱི་མཁན་པོ་ཀན་ཀམ་མ་  
དང་། བོད་གྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་དེ་ཉིད་གྱིས་ཉི་འོག་ཤར་སྟོགས་པའི་དཔེ་  
དང་གཏུགས་ཤིང་ལེགས་པར་བཅོས་ཏེ་གཏན་ལ་ཕབ་པའོ། །གཞུང་  
འདིའི་ཆད་ནི་བམ་པོ་བཅུ་གཅིག་དང་བམ་པོ་སུམ་གཉིས་སོ། །

རྒྱ་གར་སྐད་དུ། མ་རྒྱུ་མ་ཀ་ཨ་བ་ཏཱ་ར་ཤ་རྒྱ་རྒྱ་མ། བོད་སྐད་དུ།  
དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཇམ་དཔལ་གཞིན་རུར་

གྱུར་པ་ལ་སྤྱད་འཆལ་ལོ། །དབྱ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པའི་དོན་ནི་  
 བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ་སྟེ། དགག་བསྐྱབ་གཉིས་ཀ་དགག་འབར་  
 ཞིག །དངོས་ལ་དགག་སྐྱབ་གང་ཡང་མེད། །དེ་ལྟ་བུ་ནི་གོམས་བྱས་  
 བ། །ལུན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །མི་དགེ་བཅུ་ནི་སྤངས་ནས་  
 བོ། །དགེ་བ་བཅུ་ནི་དང་དུ་སྤངས། །དངོས་པོར་ཞེན་པ་བཀག་ནས་  
 བོ། །རང་ལ་བསྐྱབ་དུ་ཅུང་ཟད་མེད། །སྤང་བའི་དངོས་པོ་འདི་ཡང་  
 བོ། །ཡང་དག་པ་ཡི་རང་བཞིན་མེད། །དུ་མ་དང་ནི་གཅིག་བྲལ་ཕྱིར།  
 སྐྱུ་མའི་སྤང་པོ་ཇི་བཞིན་ནོ། །ཆ་ཤས་སྤྲོ་ཆོགས་གནས་པ་ན། །རྩལ་  
 སྤྲོ་གཅིག་བྱ་ཉིད་མ་ཡིན། །དེ་ཉིད་མེད་པས་དུ་མ་གང་། །ཤན་ཚུན་  
 སྤངས་ཏེ་གནས་པས་ན། །གཞན་གྱི་དངོས་པོ་ག་ལ་ཡོད། །དེ་ཉིད་  
 མེད་པས་དེ་བསགས་པའི། །རགས་པའི་གཟུགས་དང་རྣམས་སོགས་  
 གང་། །རྣམ་པ་སྤྲོ་ཆོགས་སྤང་བ་དང་། ཤེས་པ་ཐ་ནི་མི་དད་པས། །  
 ཤེས་པ་དུ་མ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །རྣམ་པ་བརྟུན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ན། ཤེས་པ་  
 དེ་ཡང་བརྟུན་པར་འགྱུར། །དེ་ལྟ་མིན་ན་བདེན་ཉིད་འགྱུར། དེ་ཉིད་  
 ཕྱིར་ན་སེམས་བྱུང་གང་། གཅིག་དང་དུ་མ་སྤངས་པ་ཡི། །དངོས་པོ་  
 གང་ཡང་མི་གནས་ཏེ། །ཤན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་ཕྱིར་རོ། །མདོན་  
 སྤྱོད་ལ་སོགས་འགལ་ཞེ་ན། །མ་ཡིན་མ་བརྟགས་ཉམས་དགའ་བ།  
 དེ་ནི་བདག་གིས་བཀག་པ་མེད། ཐ་སྟོང་ཅམ་ཞིག་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།  
 དམ་བཅའ་གཏན་ཆོགས་ཉིད་མ་ཡིན། །ཡེ་ནས་སྐྱེ་མེད་ངང་ཉིད་  
 ལ། །དགག་བྱ་མེད་ལ་བསྐྱབ་བྱ་མེད། །ལྷ་ངན་འདས་དང་མ་འདས་

པ། རྒྱུ་མེད་རང་དུ་བྱུང་པར་མེད། རྒྱུ་མེད་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུ་  
 བའི་དངོས་པོ་མེད་ཕྱིར་རོ། ཀྱུན་རྫོབ་མེད་ལ་དོན་དམ་མེད། ལངས་  
 རྒྱས་མེད་ལ་སེམས་ཅན་མེད། ལྟ་བ་མེད་ཅིང་སྒྲོམ་པ་མེད། འབྲས་  
 བུ་མེད་ཅིང་སྦྱོད་པ་མེད། དེ་ཡི་དོན་ནི་བསྒྲོམ་བྱ་སྟེ། རྟོག་མེད་སྒྲོ་ནི་  
 རང་ཁྱིམ་གཞག་དོས་གཟུང་མེད་ཅིང་ཡེངས་པ་མེད། མཚན་མ་མེད་  
 ཅིང་གསལ་བར་བསྒྲོམ། ལངས་ལ་དངོས་པོར་སྤང་བ་ཀྱན། རྒྱུ་མ་  
 ཅམ་དུ་ཤེས་བྱས་ནས། རྒྱོམ་པ་ནམ་གསུམ་འབད་པས་བསྐྱང་། ཡན་  
 ལག་བདུན་པ་ལ་སོགས་བྱ། རྟིང་རྩེ་ཕན་སེམས་ཆེ་བར་བྱ། ཡུལ་  
 ལ་ཆགས་པ་སྤངས་བྱ་ཞིང་། འགྲོན་པོའི་ཚུལ་གྱིས་གནས་པར་བྱ། ཁེམས་  
 ཅན་མ་དང་སྤངས་ནས་ནི། བདག་ཉིད་དགོན་པར་གནས་  
 པར་བྱ། དེ་ཡི་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི། འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་ཐོབ་པ་སྟེ། ཆོས་  
 ཀྱི་རྒྱ་དང་ལོངས་སྦྱོད་རྫོགས། རྒྱལ་པོའི་རྒྱ་ཁུ་གནས་པ་ཡིས། ཁེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བར་བྱེད། དེ་ཕྱིར་འབད་པ་ཐམས་ཅད་  
 ཀྱིས། དངོས་པོ་ལྟ་བ་ཐག་བཅད་དེ། བར་དུ་སྒྲོམ་པས་ཉམས་སུ་  
 གླང་། ཐ་མར་འབྲས་བུ་ཐོབ་པར་འགྱུར། དེ་བས་འབད་དེ་བཙོན་  
 པར་བྱ། དེ་ལྟར་བདག་གིས་བཤད་འདི་ལ། སྟོགས་འཛིན་པ་ཡི་  
 ཁེམས་པོར་ལ། རིགས་པ་ཡིས་ནི་དབྱུང་པར་བྱ། ཆོས་ལ་རྒྱར་པ་  
 གདབ་མི་བྱ། གཡེང་བ་ཐམས་ཅད་སྤངས་ནས་ནི། བསྐྱབ་པ་ལ་ནི་  
 བཙོན་པར་བྱ། བདག་གིས་འདི་བྱས་བསོད་ནམས་ཀྱིས། ཁེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་གྲོལ་གྱུར་ཅིག །དབུ་མ་ཤེས་རབ་ལ་འཇུག་པ་ཞིས་བྱ་བ།

སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་བ་གྲགས་པས་མཛད་པ་རྫོགས་སོ།།      །།པལྷི་  
ཏ་དེ་ཉིད་དང་ལོ་རྒྱུ་བ་འགོས་ཁྲུག་པ་ལྟས་བཅས་ཀྱིས་བསྐྱར་བའོ། །



༭༭༭ | <གངས་ཅན་ཁྱད་ཅོང་> དཔེ་ཚོགས་ཆེན་མོའི་བཟུ་སྒྲིག་དང་  
ལས་ཁུགས་མི་སྡེའི་མཆན་རྒྱ།

སྒྲོ་བཟང་བསྟན་འཛིན།   དབང་གྲགས།   ལྷག་པ།  
སྒྲོ་བཟང་ཆོས་འབྱུང།   སྒྲོ་བཟང་འཕགས་མཆོག   |ཁྱུ་ལ་མཆན་བྱམས་པ།  
བསྟན་འཛིན་འཕྲིན་ལས།   ཆེ་བསྟན་རྡོ་རྗེ།   སྒྲོ་བཟང་དམ་ཆོས།  
སྒྲོ་བཟང་མཁུན་རབ།   སུན་ཆོགས་ཆོགས་གཉིས།   བྱམས་པ་རབ་འབྱམས།  
ལྷག་པ་ཆེ་རིང་།   སྒྲོ་བཟང་འཛིགས་མེད།   བྱ་རྩུང་།   འཕྲིན་ལས།  
ཡེ་ཤེས།   བསྟན་འཛིན་ཤེས་རབ།   བསམ་གྲུབ།   སྐལ་ལྷན།  
བསོད་ནམས་རྡོ་རྗེ།   བཟླ་ཤེས།   རྡོ་རྗེ་མཆོ།   ཆེ་རིང་ཆོས་སྒྲོན།  
ལྷ་སྒྲིད།   བསོད་ནམས་དབྱངས་ཅན།   ལྷག་པ་སྒྲོལ་མ།   བཟླ་གཡང་།  
བྱམས་པ་ཆོས་སྒྲོན།   སྐལ་བཟང་ལྷ་མོ།   བདེ་སྒྲིད་སྒྲོལ་དཀར།  
སྒྲོལ་མ་ལྷ་འཛོམས།   ཆེ་དབང་སྐལ་བཟང་།   ཆེ་དབང་གཡུ་སྒྲོན།



དབུ་མ་འབྲུག་པའི་རང་འབྲེལ།

---

བཟུ་ཐོག་པ། སེར་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྟེན་འཆོལ་བསྟུ་ཐོག་ས་ཐོག་ཁང་ནས་བཟུ་གས།

དེབ་ཆ་ད། 787 × 1092 1/16

དཔར་ཚུགས་ 30

པར་འདེབས་ཆན་པ། ལྷ་ས་མིང་ཤིན་པར་འདེབས་ཆ་ད་ཡོད་ཀྱང་སི།

པར་གཞི། 2016 ལོའི་ཟླ་9 པར་པར་བཏབ།

པར་ཐངས། 1000

ནང་ཁྱལ་དཔེ་རྟེན་སྟངས། ZXCZZD-2016-NBZL-64H

---

དཔེ་རྟེན་ཆན་པ། བོད་རང་སྐྱོང་ལྗོངས་དཔེ་མཛོད་ཁང་།

